J. Krishnamurti

conflicto entre el hecho y la imagen



CONFLICTO ENTRE EL HECHO Y LA IMAGEN

Pláticas de

J. KRISHNAMURTI

en Europa 1965

PARIS - SAANEN

Editorial KRISHNAMURTI

Apartado 573

RIO PIEDRAS (Puerto Rico)

Título de la obra en inglés:

TALKS IN EUROPE, 1965

Primera edición: 6.000 ejemplares

Año 1966

Impreso en España

Printed in Spain

Gráficas Ampurias - Vilamarí, 102 - Tel. 223 93 12 - Barcelona-15

I

PLATICAS EN PARIS

Tal vez después que yo haya hablado un poco tengáis la bondad de hacer preguntas y de discutir aquello de que hayamos hablado. Entiendo bastante bien el francés, de modo que podéis preguntar así; pero siento que mi francés no sea bastante bueno para responder en el mismo idioma, de modo que responderé en inglés, y acaso os guste hacer preguntas después que yo hable.

Me parece que pasamos por la vida habiendo creado problemas y sin resolverlos nunca; y, al encontrar estos problemas tan extraordinariamente difíciles, intrincados y a veces muy sutiles, los eludimos y buscamos escape en todas las formas: por la religión, por la bebida, por el sexo y de otros modos innumerables que el hombre ha inventado. Es una red de evasiones. Y me parece que, si no resolvemos psicológicamente todos nuestros problemas, tendremos las mentes siempre confusas, en un estado de desdicha, constantemente consumidas por la incer-

tidumbre y por una exigencia de certeza, estabilidad, seguridad. Es pues necesario que resolvamos efectivamente nuestros problemas humanos.

Tenemos problemas: económicos, sociales, emotivos, intelectuales y religiosos. Vivimos en distintos departamentos separados, y cada división, cada segmento o fragmento tiene su propio problema o problemas; y éstos, nacidos de distintas fragmentaciones de la mente, están, como es natural, en contradicción unos con otros. Uno quiere realización intelectual, llegar a ser famoso como buen escritor, como artista, llegar a la plenitud en la vida, en una u otra forma. Y este impulso a realizar contradice a otras formas de existencia. Estamos inciertos y buscamos certeza, permanencia; queremos comprender la inmortalidad, y llega arrastrándose la vejez, y nos marchitamos emotiva y psicológicamente lo mismo que en lo físico.

Tenemos, pues, problemas toda nuestra vida, por muy bien que estemos financieramente y aunque estemos en relaciones un tanto buenas unos con otros. Y, si no los resolvemos del todo —y *es* posible resolverlos totalmente— estos problemas nos consumen las mentes y los corazones, por muy listos que seamos, por muy brillantes, en lo intelectual y en la discusión, por muy capacitados que estemos. Y, ¿cómo es posible que un ser humano, viviendo en este mundo y sin escapar de él, sin huir a algún monasterio, a algún retiro fantástico, mitológico, sin escapar a alguna creencia, dogma,

rito, a algunas visiones fantásticas, disparatadas, cómo es posible que un ser humano así limpie la mente de todos los problemas, para que quede fresca, joven e inocente?

Mas, para comprender esto de que estamos hablando, tiene uno que escuchar, y ésa es una de las cosas más difíciles de hacer: escuchar. Es un arte, porque nunca escuchamos; no estáis escuchando efectivamente lo que se está diciendo. En realidad tenéis vuestras opiniones, juicios, evaluaciones, conclusiones; tenéis ciertas ideas sobre la reputación del que habla, aguardáis, estáis esperando que pase algo, y eso os impide escuchar en realidad, evidentemente. Desde luego que eso actúa como una pantalla por lo cual os impide escuchar de veras con toda intensidad. Y, tan sólo cuando lo hacéis escucháis en el sentido de escuchar sin ninguna tensión o esfuerzo, sin aprobar ni desaprobar, sino simplemente observando y viendo el hecho, sin aportar vuestra opinión sobre éste, vuestras conclusiones, conceptos intelectuales, fórmulas sobre el hecho: tan sólo entonces, me parece, es cuando podéis en realidad escuchar en calma, con facilidad, y penetrar en lo que se está diciendo, descubrir vos mismo si es verdadero o falso. Y me parece que es una de las cosas más importantes que hay que hacer si hemos de comunicar uno con otro, porque, después de todo, estamos aquí, vos y yo, para comunicarnos para entrar en comunión mutua. No habéis venido aquí para escuchar mi plática y marcharos

aprobando o desaprobando, ofreciendo vuestras opiniones, contradiciendo, etc. Vos y yo estamos aquí para entrar en comunión uno con otro sobre el extraordinario problema de la vida; y, para efectuar esa comunión, no sólo tendremos que usar, sino también comprender su sentido, saber que la palabra no es la cosa, y la palabra nunca es la cosa; y también, al escuchar vos, saber y percibir vuestros propios prejuicios, preguntas, ajustes, engaños, toda vuestra estructura psicológica, a través de la cual escucháis.

Es, pues, todo un arte, y probablemente uno de los más difíciles, no sólo observar y escuchar, sino también aprender. Aprender es algo enteramente distinto del conocimiento. Es muy fácil acumular conocimientos, acopiar información, almacenarla por medio de la experiencia, de la lectura, de las reacciones, etc.; almacenar eso y, partiendo de ese conocimiento, actuar, que es lo que hacemos la mayor parte de nosotros. Pero *aprender* es algo totalmente distinto; porque en el momento en que *habéis aprendido*, que es lo pasado, ya se ha convertido ello en conocimiento. Aprender es un proceso constante, un movimiento en que no hay nada de acumulación. La mayoría de nosotros miramos cualquier problema a través de lo que ya conocemos, de nuestra acumulación, a través de nuestro conocimiento, de nuestros recuerdos, experiencias, condicionamientos, y así nos impedimos a nosotros mismos aprender sobre el problema.

Aprender es un acto: un acto del presente activo.

Es el verbo *aprender*, es un movimiento. Mas lo que ha sido aprendido ya se ha convertido en una cosa estática. Y así, de la misma manera, si pudiéramos escuchar, no sólo lo que está diciendo el que habla, sino también todas la cosas de la vida, todas las intimaciones de nuestras demandas, impulsos, las insinuaciones de los propios deseos de uno, los anhelos secretos; escuchar a otro, sea vuestro marido o un niño, una esposa, un vecino, de modo que la mente se vuelva aguda, clara, y se ocupe sólo de hechos y no de opiniones y prejuicios emotivos, entonces tal vez podamos llegar a comprender los muy complejos problemas que oculta la vida.

Vivimos en fragmentos. Existe el fragmento de la llamada vida espiritual, el del intelecto, el de las emociones, el de los sentidos físicos. Queda, pues, la mente partida en varios trozos, cada uno en un compartimiento estanco, que tiene muy escasa relación con los otros, y así hay un constante conflicto entre ellos; y siempre estamos eludiendo ese conflicto por medio de la evasión. Mas, para comprender cualquier cosa, tiene uno que mirar el hecho, tiene que entrar de manera inmediata y directa en contacto con él; mas no lo hacemos, porque tratamos de analizarlo o de eludirlo, o de encontrar su causa; o bien, si no hacemos ninguna de estas cosas, escapamos de aquél por completo y hacemos una vida superficialísima, satisfechos con las pequeñas cosas, con la vida burguesa que llevamos la mayoría de nosotros.

La cuestión es, pues: ¿es posible entrar en contacto de modo directo con un problema? Ya sabéis, cuando entráis en contacto directo con algo —*contacto directo*— entonces acaso veáis el pleno sentido de ese hecho. Y, en efecto, nunca llegamos al contacto directo con nada, excepto tal vez en lo físico, sensual. He tocado este micrófono, y esto es un contacto directo. No hay nada, ninguna conclusión verbal, que me impida entrar en contacto directo con él. Pero es probablemente muy difícil entrar en contacto o comunión conmigo mismo en forma tan directa, con todos los problemas que tiene un ser humano. Y así, los problemas no sólo se multiplican y aumentan, sino que arraigan en la mente y ésta actúa como un suelo en el cual existen todos los problemas desde la infancia hasta ahora.

Mirad: no estáis escuchando meramente una serie de palabras, porque eso sería en absoluto inútil. Seguramente que estáis escuchando palabras que tienen significación, como contacto directo con vuestros propios problemas. Es decir, estáis usando las palabras como espejo en que os dais cuenta de vos mismo, de vuestros problemas. Si hay tal percepción, un contacto directo con vuestro propio problema o problemas, entonces esta plática tendrá algún sentido. De lo contrario, si os limitáis a considerarla de modo intelectual o verbal, entonces se va uno con las manos vacías y mucha ceniza, cosa que no tiene sentido alguno. Espero, pues, que estéis escuchando, no simplemente para acopiar alguna in-

formación, sino para entrar en realidad en contacto directo con vuestros propios problemas como ser humano.

Para entrar en contacto con un problema, como tocáis un objeto material —ya sea ese problema intelectual, emotivo, psicológico, físico o lo que se llama espiritual— tiene uno primero que comprender, ciertamente, el sentido y significado de las palabras, porque éstas nos impiden entrar en contacto con el problema. Si uno anhela, lleno de ese sentimiento de culpa, temor, desesperación que es la ansiedad, para entrar en contacto con esta última, tiene que ver el sentido de esta palabra, porque la palabra crea el sentimiento. No sé si alguna vez habréis notado cómo instigan un sentimiento las propias palabras. Tiene uno pues que conocer bien la palabra misma. Cuando así os dais cuenta de la palabra y veis que ésta no es la cosa, que la palabra «ansiedad» no es en absoluto la realidad, entonces estáis más o menos en contacto con ese sentimiento. Espero que me estaré expresando con claridad. No importa. Hablaremos sobre ello.

Tiene uno, pues, no sólo que comprender la palabra y cómo crea o domina o colorea al sentimiento, sino que hay que darse cuenta también de que la palabra no es la cosa, la palabra no es el sentimiento. Para los más de nosotros, la palabra *es* el sentimiento; hay una reacción instantánea entre el sentimiento y la palabra. Si uno quiere, pues, entrar en contacto con el hecho real, tiene que ver el sig-

nificado, la importancia, la naturaleza y el sentido de la palabra.

Tiene uno que percibir entonces las diversas evasiones, porque un problema llega a ser intenso, agudo, tan sólo cuando es algo inmediato que reclama toda nuestra atención. Y los más de nosotros no queremos vivir con tal intensidad, por lo cual los problemas aumentan, se multiplican y arraigan. Por eso debe uno percibir no sólo la palabra, sino también la forma en que la mente escapa, pues sabemos muy bien evadirnos de la vida. Tenemos la iglesia, la literatura, nuestras propias experiencias, conocimiento, nuestra manera particular de considerar la vida, nuestras diversas formas de evasión psicológica. Y, así, nunca entramos en contacto con el hecho real.

Como sabéis, creemos que si podemos comprender la causa de un problema, ya lo hemos resuelto; o si yo analizo un problema, creo haberlo comprendido. Pero ¿es así? Conozco la causa del miedo o de la ansiedad. Y, conociendo la causa, eso debería impedirme estar ansioso, amedrentado. Puedo también analizar la naturaleza del miedo, de la ansiedad, de la culpa, etc.; y, sin embargo, no me queda la mente libre de ello. Así, pues, el mero examen, el análisis, el ver la causa de algo, no libera la mente del hecho; y la busca de la causa, el análisis, llegan a ser una evasión del hecho; de modo que, si uno quiere resolver realmente todos los problemas de la vida, tiene entonces que entrar en contacto di-

recto con el problema; y estar en contacto directo con él es comprender la palabra, y comprender también la naturaleza de las evasiones. Entonces es cuando entra uno en contacto directo con el problema.

Estamos hablando sobre problemas porque me parece que una mente que tenga uno de ellos, de cualquier naturaleza que sea, se embota. Una mente que tema la muerte, la vejez, ¡oh!, ¡tantas cosas!, una mente que tenga miedo o acceda a diversas formas de vida sin pugna alguna, pronto llega a estar muy confusa, embotada, insensible. ¿No habéis observado cuán extraordinariamente ineficaz, poco clara, obtusa, es la mente cuando tiene miedo? Y los más de nosotros tenemos miedo de muchas cosas: de vivir, de la muerte, del prójimo, de perder un empleo, de no tener nunca un momento pleno en la vida. Las innumerables frustraciones traen todas miedo y éste llega entonces a ser un intenso problema del cual podéis ser consciente o inconsciente. Conscientemente podéis ser capaz de resolver el temor, escapar de él, sofocarlo, desecharlo; pero sigue ahí, y para entrar en contacto con ese miedo de modo que podáis clavarle los dientes, hace falta, como señalé, la comprensión de la palabra y de la naturaleza de la evasión.

Nuestros problemas están aumentando; aunque tengamos seguridad —seguridad material, bienestar social, etc.—, psicológicamente gran parte de nosotros seguimos siendo lo animal; y, si no compren-

demos toda esta estructura psicológica de la sociedad —así como la de uno mismo, que forma parte de ella— nunca podrá ser libre la mente, siempre estará torturada por el miedo. Por eso es por lo que, a mi juicio, un ser humano maduro que quiera llegar muy lejos —no hasta la Luna, sino muy lejos dentro de sí mismo, para descubrir lo que es verdadero— deberá tener una mente muy clara, no contaminada ni manchada. Y una mente sólo está sin manchas y clara cuando es libre: libre de temor, por ejemplo. Tan sólo entonces es cuando uno puede descubrir —sin ningún dogma, creencia, sin ningún esfuerzo— lo que es verdadero.

Así es que, si somos siquiera serios, me parece que nuestro primer interés está en perseverar en esta cuestión: la cuestión de si puede jamás la mente quedar libre de problemas. Al vivir en este mundo, yendo a la oficina todos los días, casándose y teniendo hijos o sin casarse, ya sabéis, toda la tarea del vivir, sin que yo entre en demasiados detalles, ¿puede uno estar en este mundo, en el siglo XX, con todos sus fantásticos avances técnicos, y hacer una vida en que no haya problema alguno? Eso, me parece, es la cosa más esencial, porque una mente que tenga un problema está en conflicto. Todos los problemas implican conflicto. Y ¿puede la mente ser activa, enérgica, eficiente, clara, vital, sin esfuerzo, es decir: estar sin un problema? Porque, si hacéis esfuerzo constante en cualquier dirección, a cualquier nivel, es evidente que tal esfuerzo em-

bota la mente, la vuelve incapaz de hacer frente a la vida; y ésta siempre suscita problemas. Al decir «problema» me refiero a algo que no comprendemos, un reto al que respondemos de modo inadecuado, insuficiente, sin atención completa. Y así hay una contradicción entre el reto y la respuesta; y tan sólo cuando la respuesta es adecuada es cuando no hay problema. Mas, para vivir de modo que uno haga frente en forma adecuada a toda clase de retos, hace falta una mente que no esté en batalla constante.

Debemos darnos cuenta de que, no sólo tenemos retos, exigencias, cuestiones, de modo consciente, sino que también hay retos, experiencias, a los que respondemos de modo inconsciente. En realidad no me gusta la palabra «inconsciente», porque es una de las palabras más vacías que puede uno utilizar. Me parece que lo inconsciente es una cosa muy trivial, a la que se ha dado gran importancia. Mas lo inconsciente es lo que somos: es el pasado, las tradiciones, los diversos acopios de conocimientos, de experiencia de herencia racial, lo que se nos ha dicho: toda la conciencia es eso, mas sólo percibimos algunas partes de ello, mientras que no vemos otras: nos damos cuenta de lo consciente, porque ésta es la única parte que usamos en nuestras actividades diarias, en nuestra vida en la oficina, etc., etc. La otra parte está latente y la hemos dejado de lado cuidadosamente. Mas el darse cuenta de todo ello es no dar continuidad al pasado, a lo inconsciente. Casi todos nosotros vivimos en un estado de en-

sueño, no percibimos todo el contenido de nuestros sueños; vivimos a cierto nivel, en cierta parte; y esa parte, ese fragmento, al reaccionar ante un reto determinado, no puede crear más que contradicción. Tan sólo cuando hay una respuesta total a un reto es cuando no hay contradicción, y por ello no hay problema alguno.

Nuestra cuestión es pues ésta: ¿es posible que cada uno de nosotros, como ser humano que ha vivido dos millones de años y tal vez más, que tiene un pasado extraordinario, una gran historia del pasado, ya sea como francés, inglés, indio o lo que uno sea, con todo su acumulado conocimiento y experiencia, puede uno quedar libre de todo eso, que es el pasado, y hacer frente al reto, que siempre está en lo presente? De lo contrario, la vida se vuelve un horrible conflicto, una desdicha, una confusión. Podéis rezar a todos los dioses que han sido inventados por el hombre, acudir a todas las religiones organizadas, creencias, rituales, mas el problema nunca se resolverá así. Eso es una evasión, y evasión fútil. Lo mismo podríais tomar una bebida. Lo importante es comprender toda esta estructura, no como un proceso intelectual, sino darse plena cuenta de todo esto —el pasado, el presente— y no huir, sino entrar en contacto real con ello. Entonces tal vez sabremos lo que es vivir. Descubriremos por nosotros mismos, como ser humano, no como individuo, sino como ser humano, porque el ser humano es mucho más importante que el individuo;

el ser humano es la entidad total de dos millones de años, con todo lo que ha acumulado; no es un individuo aislado en un rinconcito. Acaso entonces sepamos por nosotros mismos cómo vivir una vida sin conflicto, y en eso hay gran belleza. Sólo una mente que se haya liberado de toda clase de problemas y, por tanto, de toda clase de esfuerzo, sólo una mente así puede descubrir algo que no está proyectado por ella misma, algo que no es mera palabra, mero sentimiento, emoción.

Tal vez ahora queráis hacer preguntas.

Pregunta: ¿Qué podemos hacer para darnos cuenta, para estar atentos?

KRISHNAMURTI: No creo que podáis hacer nada. Lo único que podéis hacer es estar atento a la inatención. ¿Comprendéis? Si *tratáis de* estar atento, is os *esforzáis* en daros cuenta, entonces ello se convierte en conflicto, batalla, proceso que implica tiempo. No quiero entrar ahora en la cuestión del tiempo, esto lo haré otro día. Lo que queremos los más de nosotros es una continuidad; pensamos: «Con sólo que yo pudiera estar atento todo el tiempo, resolvería entonces mis problemas.» Pero *no estamos* atentos todo el tiempo. Es imposible; nuestros nervios no lo resistirían, nuestro mismo cerebro físico es incapaz de mantener una alerta continua. Mas si uno estuviera atento a la inatención —ya sabéis lo que quiero decir, si uno

estuviera del todo atento a la inatención— entonces descubriría por sí mismo naturalmente cómo se produce la atención sin esforzarse. Escuchad, por favor: no digáis: «Trataré de hacerlo», sino *hacedlo* efectivamente. Es decir, prestad atención a vuestra inatención, que engendra conflicto. Es sólo la inatención lo que crea problemas, ¿no es así? Si estoy atento, aunque sólo sea un minuto, en ese minuto de atención no hay problema, éste no existe, sencillamente. Con la palabra atención me refiero, no sólo a estar atento con los nervios, con el cuerpo, los ojos, los oídos, sino atento también con la mente, con el sentimiento; y, en ese momento de atención *completa*, no hay nada que haya sido experimentado, y por tanto no hay experimentador. Pero los más de nosotros no estamos atentos a la inatención, que engendra conflictos. Cuando no estamos atentos, decimos cosas que no queríamos decir, hacemos cosas descuidadamente, reaccionamos con arreglo a nuestro condicionamiento; es pues esta inatención lo que crea problemas. Mas cuando uno está atento a la inatención, entonces ésta no creará problema alguno.

No sé si seguiréis esto.

Pregunta: Aun cuando la mente está partida en fragmentos, ¿no hay una relación, mucha acción recíproca, mucha influencia, entre los diversos fragmentos?

KRISHNAMURTI: Ciertamente. Hay mucha influencia, mucha relación, entre los fragmentos. Ese es un hecho evidente, ¿no?

Pregunta: Sí. Pero cuando hablasteis sobre las dificultades que surgen, ya sean materiales, emotivas, sociales, etc., hablasteis como si la solución fuese una cosa por compartimentos.

KRISHNAMURTI: No, perdón. Si dije eso, no quise decirlo, quise decir algo que es del todo distinto.

Pregunta: Entonces, ¿qué es lo que queréis decir?

KRISHNAMURTI: Voy a explicarlo. Ante todo, no soy autoridad. Si me consideráis como autoridad, entonces no nos comprenderemos. Mas, si vos y yo tratamos de comprendernos uno al otro, entonces nuestra relación es enteramente distinta. No os limitéis a tomar sólo una parte de una declaración, para lanzármela.

Somos seres humanos, partidos del todo en fragmentos interrelacionados. Cada uno de ellos está influyendo sobre los demás. Si somos muy intelectuales, traducimos la totalidad de la vida en términos del intelecto, y ese intelecto está relacionado con otros factores. Si somos muy emotivos, también pasamos por ese proceso fragmentario, sabiendo que

los fragmentos están todos interrelacionados. Damos predominio a un fragmento, que entonces domina nuestra vida; y lo único que estoy diciendo es que mientras vivimos en estos departamentos, compartimentos o fragmentos rotos, aunque estén sutilmente relacionados entre sí, en intercomunicación, nuestra vida se vuelve contradictoria, hipócrita, y por ello, una batalla, un conflicto. Estoy señalando que cuando no hay conflicto de ninguna clase, sólo entonces es cuando somos seres humanos cabales; y entonces tendremos una mente capaz de llegar muy lejos, sin proyectar ilusiones.

¿Se me permitirá hacer una pregunta? Me habéis estado escuchando durante cuarenta y cinco minutos, tal vez los más de vosotros, o algunos, comprendáis el inglés, y en esos cuarenta y cinco minutos en que habéis estado escuchando, ¿qué os ha pasado? Me parece mucho más importante el inquirir sobre esto que el que me hagáis preguntas. ¿Qué ha pasado en realidad, no en teoría ni de manera problemática o hipotética? Eso es lo único importante, y no ninguna otra cosa. Hago esta pregunta y espero que no creáis que es insolente. No es ésa en absoluto mi intención. Hago tal pregunta porque creo importante el que cada uno de nosotros descubra por sí mismo si una plática de esta clase —llámesela charla o conferencia no importa; es realmente una cosa *sencilla*—, si semejante plática tiene alguna significación, si tiene vitalidad, para que sea sacudida la propia mente y vea algo nuevo.

De lo contrario, estas pláticas se vuelven tan por completo fútiles, porque puede uno acumular palabras sobre palabras —escribir, leer, escuchar— indefinidamente. Si uno escucha en el sentido de que hemos estado hablando, si escucha sin esfuerzo, con claridad, entonces creo que esa misma escucha es el vehículo de la acción. No tenéis que hacer nada sobre ello. El acto mismo de escuchar es acción.

Es como ver algo, es como mirar una flor; nunca miramos en realidad una flor, porque miramos con las mentes, con los pensamientos, con nuestras ideas, opiniones, con nuestro conocimiento botánico de esa flor. Es pues el pensamiento el que mira, no tanto el ojo como el pensamiento. Nuestros pensamientos, ideas, opiniones, juicios, conocimientos botánicos, estas cosas son lo que se interfiere a nuestro mirar. Tan sólo cuando podéis mirar algo *por completo* es cuando estáis en contacto directo con esa cosa; y, para mirar completamente, hace falta mucha energía, no palabras y más palabras; éstas no crean energía. Lo que trae energía es este observar, escuchar, aprender, en que no existe el observador; sólo hay el hecho real, no el experimentador mirando el hecho.

Pregunta: ¿Significa eso que cuando estáis en contacto con cosas, hechos, problemas, no hay nada que hacer sino limitarse a aceptarlas como son?

KRISHNAMURTI: Si miráis algo partiendo del silencio —no sé si lo habréis hecho alguna vez—, si miráis a vuestra esposa, vuestro marido, una flor, o lo que sea, sin la interferencia del pasado como conocimiento, como ideas, como conclusión, como una experiencia, entonces desde luego que estaréis directamente en contacto con el hecho; no os interesa si es agradable o desagradable. Si miráis tan atentamente, hallaréis que no hay experimentador y cosa experimentada; no hay un centro desde el cual estéis mirando. Tenéis que haber sentido este muy sencillo fenómeno. Cuando veis algo muy bello, la cosa misma que llamáis bella ha relegado fuera todos vuestros pensamientos durante un segundo, y estáis absorto ante esa belleza, ese sentido de inmensidad; la montaña, el lago, o lo que sea, os absorbe. Durante uno o dos segundos no estáis ahí. Sólo esa cosa está ahí. Mas ¿qué pasa? La cosa os ha absorbido, os ha relegado a un lado, os ha puesto fuera de combate, si se permite usar esta expresión. Pero es otra cosa muy distinta observar sin quedar absorto por lo que se observa. Si podéis mirar y atender por completo a cada problema que surge, hallaréis que no hay observador ni cosa observada; sólo hay atención, sin un centro.

Pregunta: Parece que entonces no hay esfuerzo.

KRISHNAMURTI: No hay esfuerzo, pero eso requiere mucha penetración. Tal vez entremos en

ello la próxima vez que nos reunamos aquí: en torno a la cuestión del esfuerzo.

Pregunta: ¿Cómo definís la palabra «hecho»?

KRISHNAMURTI: ¿Que cómo defino la palabra «hecho»? Lo pondré en palabras, pero no estamos buscando definiciones. El significado de un hecho según el diccionario es aquello que es observable, susceptible de ser conocido, capaz de ser experimentado por todos. Es un hecho que este micrófono está ahí. ¿Cuál es entonces el hecho cuando estoy irritado? No se trata de saber quién me ha encolerizado, ni de mi respuesta, como ser humano condicionado, a esa cólera. El hecho es *lo que es,* que es la cólera, y la palabra «cólera» se usa para reconocer ese hecho. Utilizo la palabra para definir, para clasificar cierto sentimiento que llamo cólera. Hay pues hechos físicos, los hay psicológicos, y tal vez hay ideas intelectuales que llamamos hechos.

Pregunta: Cuando uno observa alguno de esos hechos, hay una respuesta a ello. No se limita uno a estar sentado en silencio, mirando.

KRISHNAMURTI: Así es, así es. Cuando uno observa un hecho, hay reacciones a ese hecho. Me decís algo que me hiere o que me causa placer; si no reacciono, soy un ser humano muerto, es evidente que estoy paralizado. Si me llamáis idiota, tengo que reaccionar, es decir, tengo que descubrir, tengo

que observar el hecho real, y no limitarme a responderos diciendo: «También lo sois vos.» A través de mi reacción observo lo que es efectivamente el hecho. Puedo ser idiota y probablemente lo soy, por lo cual miro para descubrir el hecho, y no para sostener mi reacción.

16 de mayo, 1965

II

Si no está uno satisfecho por completo de las cosas como están: de sí mismo, del estado del mundo y de la general desdicha y confusión del hombre, si uno no está satisfecho de ello, tiene que haberse preguntado si es posible que un ser humano cambie del todo, produzca una transformación en sí mismo de modo que la mente, todo su ser, quede por entero nuevo, fresco, joven e inocente, vital. Tiene uno que hacerse esta pregunta sin disputar con el mundo, y, por tanto, consigo mismo, porque las disputas con uno mismo no producen mucho. Lo que da comprensión, hondura, es hacerse la pregunta acertada; y es un poco difícil preguntar, porque cuando efectivamente lo hacemos, los más de nosotros queremos respuesta, una respuesta satisfactoria, placentera, agradable, de modo que nuestras preguntas producen invariablemente una con-

dición estática, en que la mente ya no funciona con libertad.

Tiene uno, pues, que preguntarse si es posible que un ser humano cambie, no meramente en lo superficial, sino en lo profundo; porque en lo superficial siempre estamos cambiando. Exteriormente somos influidos por nuevos inventos, por la máquina calculadora, por la automatización, por el aumento explosivo de la población y por la exigencia de bienestar económico y buena vida exterior. Esas influencias producen efectivamente cierto cambio superficial, pero ¿qué ocurre si uno ha trascendido todo eso y se da cuenta de ser influido tan fácilmente? Pues *somos influidos* por el clima, el alimento, las ropas, la sociedad, la cultura en que vivimos; estas cosas influyen, sí, de modo superficial en nuestro carácter, nuestros puntos de vista, nuestros diversos pensamientos. Pero, si hemos penetrado un poco más allá de todo eso —sin escapar a los monasterios, al aislamiento, a los dogmas, creencias y ritos que ofrecen las iglesias y las varias religiones— y nos hemos preguntado si es posible producir en sí mismo un cambio radical, entonces tal vez podamos entrar en ello juntos y descubrir por nosotros mismos todo el significado de lo que se implica en esa palabra «cambio», y si es posible en efecto un cambio radical.

El mero descontento provoca una rebelión contra la sociedad. Rebelión es reacción; y cualquier acción, cualquier actitud en que se inquiera de modo

hondo y fundamental partiendo de la reacción no puede traer más que una nueva serie de reacciones y, por tanto, no puede dar comprensión total. Más bien tiene uno, pues, que darse cuenta de su propio descontento, porque los más de nosotros estamos descontentos y, como nos limitamos a estar descontentos, se nos satisface con facilidad; y la satisfacción es también una reacción. Vamos, pues, ensartando satisfacción tras satisfacción, creyendo que eso es cambio.

Pues bien, permítaseme señalar aquí que no estamos discutiendo y tratando juntos de cosas en forma meramente intelectual, es decir, verbal y razonadora. Más bien está uno tratando de descubrir por sí mismo la verdad del asunto, y por ello tiene que escuchar sin aceptar o rechazar necesariamente lo que se está diciendo. Ya sabéis, cuando uno escucha de modo íntimo, como si dijéramos, saca mucho más de ello. Porque vamos a hablar sobre algo un poco difícil acaso, y sería algo fútil que tratásemos lo que se está diciendo como mero entretenimiento intelectual, una cosa sobre la que hay que disputar. Mas yo creo que sería importante que pudiéramos escuchar con cierto sentido de calma, con una cualidad de atención en que no haya esfuerzo ni resistencia, pues para la mayoría de nosotros, la resistencia es un mecanismo defensivo que entra en acción de modo muy instintivo, natural; instintivamente nos retiramos cuando alguna cosa no nos agrada; nos volvemos defensivos de modo

verbal, disputador, intelectual, en formas distintas. Y esa actitud defensiva nos impide escuchar, investigar.

Para investigar, tiene que haber cierto sentido de libertad —libertad para inquirir— y esto es lo que vamos a hacer. Vamos a investigar. Mas para hacerlo, la mente ha de tener la inclinación a ser libre, porque, de lo contrario, uno no puede descubrir. Tiene que haber cierta intensidad para investigar lo que es verdadero; pero esa indagación cesa cuando queremos una respuesta determinada, una respuesta que sea satisfactoria o que satisfaga un deseo proyectado. Tiene uno, pues, que darse bastante cuenta de todo eso, si es que ha de inquirir realmente sobre la cuestión de si puede haber un cambio fundamental en los seres humanos tales como nosotros somos, con nuestras tradiciones, nuestra enorme historia pasada, si es posible de alguna manera producir una revolución radical en uno mismo.

Pero tal vez la mayoría de nosotros no anhelamos tanto lograr semejante revolución porque estamos satisfechos de las cosas como están; preferimos remendar nuestras relaciones, tapar las cosas para no tener más trastorno, más ansiedad, más disputas; y escapamos a nuestras creencias; de modo que los más de nosotros no queremos una revolución fundamental dentro de nosotros mismos. Me parece sin embargo que uno tiene que pasar por tal revolución: una revolución que no es reacción, una

transformación que no es un riesgo calculado.

El mundo ha progresado enormemente en lo técnico; se están produciendo enormes cambios, incalculables. De ello puede salir una nueva sociedad, mientras que nosotros, como seres humanos, continuamos siendo poco más o menos lo mismo, aunque un poco más refinados, un poco más listos, más disciplinados; pero no habremos resuelto nuestras penas ni terminará el sentimiento de soledad, el miedo, no habrá comprensión de la mortalidad. La mayoría de nosotros nos inclinamos a una vida fácil, a ser fácilmente satisfechos, de modo que nunca surja esta cuestión de si es posible o no cambiar de modo fundamental.

Ahora bien, cuando el que habla os hace esta pregunta, ella se convierte en vuestra propia y es, por lo tanto, íntima, vital; o bien, cuando se os formula, os limitáis a aceptarla y la consideráis como algo que está fuera de vos. Cuando tenéis hambre, nadie tiene que decíroslo, lo sabéis vos mismo. Del mismo modo, cuando os preguntáis si es siquiera posible producir este cambio radical, es *vuestra* pregunta, no la mía. Ello llega a ser vuestro problema, no impuesto por otra persona. Así, pues, si es vuestro propio problema humano, podéis mirarlo entonces de modo muy distinto, no como una cuestión que algún otro os plantea.

Seguramente que el cambio implica orden. Ahora nos hallamos en estado de desorden, y cambiar partiendo del desorden implica orden: orden en la

sociedad, dentro de nosotros mismos, y orden en nuestros valores, en nuestro punto de vista. Así es que cambiar en el sentido en que estamos usando esta palabra es estar libres para producir orden. Mas la sociedad no quiere libertad, porque teme que la libertad implique desorden. Por eso la sociedad siempre impone sobre el ser humano individual la restricción de que no debe escapar de la estructura psicológica social. La sociedad teme que la libertad produzca desorden, porque está satisfecha de vivir en el desorden, al cual llama orden; no puede pues experimentar de modo total. Sólo el ser humano individual es el capaz de experimentar y descubrir por sí mismo la revolución total que es orden.

De modo que, cuando uso la palabra «cambio», lo hago para implicar un cambio desde el desorden al orden; pues, como seres humanos individuales, no estamos en el orden, estamos en conflicto, somos desdichados, estamos confusos, tenemos ambición, codicia, envidia, ya sabéis: toda la estructura humana. Nos da miedo, nos inspiran terror muchas cosas; y cambiar todo este edificio de temor es producir orden. El orden no es, pues, producto de la rebelión, porque la rebelión contra la sociedad es una reacción que sólo servirá para producir una serie de acciones dentro de las fronteras de la sociedad, y como el comunismo o cualquier otra reacción, con el tiempo volverá a lo que existió.

Hablo sobre el cambio que no es una reacción: que no es una reacción contra la sociedad, contra

este llamado orden, sino que es más bien un proceso de comprensión de toda la estructura del desorden; y la comprensión de ésta produce orden, que es revolución radical.

Espero que estaré expresándome claramente, pero, si no, lo discutiremos después que haya terminado de hablar.

El cambio, decimos, implica tiempo. Soy *esto*, y el producir un cambio en mi interior, que es llegar a ser *aquello* en el futuro, implica tiempo, ¿no? Esto es muy sencillo. Soy lo que soy, con todas mis ansiedades, temores, desesperaciones, esperanzas, desdichas, y quiero cambiar, producir orden en todo eso; y, para producir orden, hace falta tiempo. Hay temor, y consideramos que el librarse de éste llevará tiempo. Eso es bastante evidente; por lo menos, es lo que creemos.

Mas ¿qué es el tiempo? Mirad, no estamos discutiendo esto de manera filosófica, como idea, como algo que tenéis que aprender; pero uno puede comprender, observar esto por sí mismo.

Tomad el miedo por ejemplo. Nos da miedo de muchas cosas, y el temor último es naturalmente el de la muerte. Pero tememos también a la opinión pública, perder un empleo, que se nos domine: toda la red del miedo que uno tiene. Vemos, percibimos que el miedo engendra efectivamente toda clase de evasiones. Y ese miedo crea en realidad tinieblas, incertidumbre, ansiedad. Así es que la mente se vuelve confusa, incierta, y, por lo tanto, escapa, por-

que no ha podido resolver esta cuestión del miedo. Escapa por los dogmas, la bebida, el sexo, por una docena de formas distintas de evasión.

Pues bien, para estar libre por entero del temor en todos los niveles de la propia conciencia, no sólo superficialmente, sino a fondo, tiene uno que comprender la naturaleza, la estructura y el sentido del temor; y consideramos que este proceso de comprensión lleva tiempo. Os ruego escuchéis esto de veras. Decimos: «Me da miedo, y voy a descubrir la causa del miedo.» Investigamos, pues, sobre la causa del temor, o lo analizamos, o preguntamos a un analista o escapamos del miedo de otra manera. Todo ello implica tiempo, ¿no? Decimos: «No soy libre, pero un día estaré libre del temor.»

El tiempo significa, pues, avanzar de *lo que es* a lo que *debería ser*. Tengo miedo, pero un día estaré libre de éste; por tanto, es necesario el tiempo para librarse del miedo. Al menos, eso es lo que creemos. Cambiar de lo que *es* a lo que *debería ser* implica tiempo, pero el tiempo implica esfuerzo en ese intervalo entre lo que *es* y lo que *debiera ser*. No me gusta el miedo, y voy a hacer un esfuerzo para comprender, para analizarlo, para seccionarlo, o voy a descubrir su causa, o a escapar totalmente de ello. Todo esto implica esfuerzo, y éste es eso a que estamos acostumbrados. Siempre estamos en conflicto entre lo que *es* y lo que *debería ser*. «Lo que debería ser» es una idea, y la idea es ficticia, no es «lo que soy», que es el hecho real; y «lo que soy»

sólo puede cambiar cuando comprendo el desorden que el tiempo crea. ¿Me seguís? Cuando tengo miedo, eso es un hecho: tengo miedo. Si introduzco el elemento del tiempo, doy continuidad a lo que *es*, y por lo tanto eso crea desorden. ¿Me expreso de modo claro?

Como veis, estamos condicionados para creer que el tiempo es necesario, que el proceso gradual es necesario para producir cualquier clase de cambio dentro de uno mismo. Por ejemplo, todos queremos realizarnos de diversas maneras: como artista, o en cualquiera de diez modos distintos; todos queremos realizar, y en esa realización, que implica tiempo, hay pena, hay ansiedad, temor. Quiero ser eso, pero no lo soy.

Nuestra cuestión es, pues: ¿Es posible que un ser humano cambie sin introducir el tiempo en absoluto? ¿Puede uno librarse del miedo de manera total, completa, inmediata? Porque, si no quedo libre bre del miedo de modo inmediato, introduzco el elemento de duración, que significa que el miedo continuará; y, donde haya continuidad del miedo, habrá desorden.

¿Es posible, pues, que yo me libre del temor de modo total y completo, en el instante? Si dejo que continúe el temor, crearé desorden todo el tiempo; por lo tanto, ve uno que el tiempo es un elemento de desorden, no un medio para quedar últimamente libre del temor. No hay, pues, proceso gradual de librarse del temor, lo mismo que no hay proceso

gradual de liberación del veneno del nacionalismo. Si sois nacionalistas y decís que con el tiempo habrá fraternidad humana, en el intervalo hay guerras, hay odios, hay desdicha, toda esta espantosa división entre hombre y hombre; por lo tanto, el tiempo está creando desorden; de modo que, cuando introducís el tiempo como medio de producir un cambio radical, estáis fomentando el desorden y no el orden. Y si uno comprende eso, no sólo verbalmente, sino considerando su verdad, el hecho real, entonces ese mismo descubrimiento es una revolución en sí, pues estamos acostumbrados al tiempo.

Mirad: sabemos lo que son los celos, la mayoría de las personas son celosas sobre una cosa u otra, y dejando que ello continúe, hay pena, ansiedad, disputas, odio, etc. La continuidad de los celos produce más confusión. ¿Es, pues, posible que un ser humano se libre de manera completa e inmediata del miedo, o de los celos? Si decís: «No; no es posible», entonces ya habéis decidido. Desde el momento en que digáis que no es posible, habréis dejado de experimentar, de descubrir; y los más de nosotros tendemos a decir que no es posible, porque somos tan indolentes, tan indiferentes, que preferimos seguir con nuestra pena y placer, nuestros celos y temor. Estamos tan habituados a los celos, al miedo, que preferimos aguantar esto, más bien que descubrir si es siquiera posible quedar libres del todo de esta carga extraordinaria.

¿Por qué introducimos siquiera el tiempo, en el sentido de que estamos hablando? ¿Por qué aceptamos la continuidad del temor? ¿Por qué? Por favor, no me respondáis. Y no es ésta una pregunta retórica. Es probable que nunca nos hayamos preguntado por qué dejamos que el temor continúe ni un día, ni un minuto más, sabiendo qué daño crea, qué odio, qué mentiras, qué hipocresía, qué confusión y conflicto. Lo aceptamos probablemente porque estamos acostumbrados a ello y porque no conocemos otro medio que no sea el del proceso gradual de librarnos de ello; por lo menos, creemos que el proceso gradual es una manera de desembarazarse del miedo. Mas ahora ve uno que, cuando hay duración del miedo, durante ese período hay odio, hay confusión, hay esfuerzo, desdicha. Sólo lo aceptamos porque estamos condicionados para ello, y así se pregunta uno: «¿Es siquiera posible, sin dejar que intervenga el tiempo, mirar al pensamiento, al temor y comprender su naturaleza, no los síntomas del temor, ni sus diversas formas de expresión, ni las causas del miedo, sino el miedo mismo?

Pero ¿qué es el miedo? Es muy importante comprenderlo, porque la mayoría de nosotros estamos atemorizados; no sólo en el nivel superficial de la propia conciencia, sino en lo profundo, está uno amedrentado. Hay muchas clases de miedo, y no necesitamos penetrar en todas ellas; pero todo miedo es resultado de la relación. El miedo tiene una causa. No existe por sí mismo, y creemos que compren-

diendo la causa, quedaremos libres del miedo; pero eso nunca es posible; sabéis por qué tenéis temor. Probablemente habéis pensado sobre él. Lo habéis mirado y conocéis las causas que lo suscitan en vos; mas, aunque conozcáis las causas, no estáis libre del síntoma. Descubre uno pues que el mero hallazgo de la causa no le libra necesariamente del miedo; tampoco le libra a uno de él el análisis. También el análisis implica tiempo.

¿Cómo va uno, pues, a librarse del miedo de manera inmediata? Esa es realmente la tremenda pregunta que se hace uno. Y sólo podéis haceros esa pregunta cuando habéis comprendido las implicaciones del proceso gradual del tiempo.

¿Cómo se va uno a librar del temor de modo inmediato? Cuando uso la palabra «cómo», no es para sugerir una indagación en busca de un procedimiento; porque un proceso, un método, un sistema, implican tiempo, y por lo tanto desorden. ¿Es, pues, posible librarse del temor de modo inmediato?

Pero ¿se ocupa el pensamiento del temor o es que él mismo lo crea? El pensamiento mismo es el terreno en que crece el temor. Escuchad, por favor, cuidadosamente, y no digáis al final que estoy aconsejando la irreflexión o afirmando que no debemos pensar.

Supongamos que temo la muerte —es decir, el mañana, la vejez, la pena, el sufrimiento y el fin inevitable—. Como ha tenido experiencia de la pena, de la enfermedad y de los placeres de la juventud,

el pensamiento mira al futuro; proyecta la muerte o la pone a distancia y siempre que piensa sobre ella engendra miedo. O bien, por no haber comprendido toda esta cuestión del miedo, busca creencias, esperanzas y todo lo demás. ¿Puedo, pues, considerar el miedo sin que medie o intervenga el pensamiento?

¿Expreso esto con bastante claridad? La aclaración verbal es una cosa y la aclaración real, otra. Podéis decirme algo verbalmente y yo puedo decir: «Sí, estoy conforme con vos. Verbalmente veo lo que queréis decir», pero el ver verbalmente no es ver. Puedo mirar una flor y, aunque la vea con mis ojos, la luz, el color y todo lo demás, sólo la veo verbalmente. Ver la flor con los ojos es una cosa, y verla con la palabra, otra. Los más de nosotros vemos la flor con la palabra, y no la vemos en realidad. Tenemos toda clase de ideas, conocimientos, información, interés botánico, etc., etc., cuando miramos una flor. Del mismo modo, podéis comprender la explicación verbal hasta ahora, y podéis asentir o disentir de esa explicación; o puede ser que no entendáis las palabras que se han utilizado, o las sustituyáis por las vuestras propias y traduzcáis lo que se está diciendo a vuestro propio lenguaje particular. Y, por lo tanto, ¿qué ocurre? No estáis mirando en realidad la naturaleza de vuestro propio temor. De modo que, cuando decís: «Comprendo eso de que habláis», ¿es que estáis en realidad en contacto con el miedo —con vuestra forma particu-

lar de miedo— o estáis meramente en contacto con la palabra, que os da la indicación de que tenéis miedo?

Como sabéis, es muy fácil estar en contacto físico con algo. Yo puedo tocar este micrófono y saber que estoy en contacto con él. No hay intervalo de tiempo, se está realizando una acción concreta. Mas nunca estamos del todo en contacto con otro ser humano ni con nada, en absoluto. Si queréis observar, veréis que esto no es una simple generalización, sino una hecho real. Puedo entrar en contacto material con algo, pero el estar en contacto con el miedo es una de los cosas más difíciles de hacer, porque requiere enorme atención, una atención en que no haya desperdicio de energía por las palabras, por las explicaciones, por la evasión. Tan sólo entonces estáis directamente en contacto con el temor. Y eso es lo que significa el hecho de que nos preguntemos si es posible librarse de manera inmediata del temor. Significa que todo escape del temor ha terminado, todo escape verbal. Porque la palabra, no sólo da fuerza a la cosa que llamamos temor, al indentificarse con esa cosa, sino que también la palabra misma puede ser causa de temor. Podemos ver, por ejemplo, cómo produce miedo la palabra «muerte». De modo que la palabra misma crea miedo; y, cuando queremos entrar en contacto con éste, entonces la palabra se convierte en evasión. En tocar este micrófono no hay escape, no hay palabra, no está ligado ningún pensamiento. Mas, para entrar en con-

tacto total con el temor, tiene uno que comprender la estructura, el sentido, la significación de la palabra. Tiene uno que darse cuenta de que el pensamiento es producido por ésta, es una reacción a ella. Y tiene que percibir ese hecho. Espero que estéis haciendo eso conmigo.

Cuando digo que uno puede estar por completo libre del miedo o temor, no me refiero a estar libre del deseo de evitar el ser derribado por un autobús o un camión. Este es el instinto natural para proteger el organismo físico. Mas, cuando el pensamiento construye un cuadro de ello con palabras, entonces ese cuadro crea temor. ¿Puede, pues, la mente mirar el temor sin la palabra, sin dejarse escapar diciendo: «Con el tiempo me libraré del temor», y así entrar en contacto de modo total con la cosa que se llama temor?

Ya sabéis, nunca estamos en realidad en contacto con nadie, ¿verdad? Yo puedo estar en contacto material con mi esposa o marido o con mis hijos, pero no hay más contacto, ¿no es cierto? Tengo recuerdos de la esposa, del marido, de los hijos, del prójimo, y con estos recuerdos es con lo que tengo contacto. Tengo cuadros, imágenes, remembranzas, tanto placenteros como desagradables, y estas cosas interfieren e impiden que yo esté en contacto directo con otro. Tener contacto con otro es no tener una pantalla de recuerdo que se inmiscuya.

¿Está uno, pues, directamente en contacto con el miedo? No sé si comprendéis la pregunta y todo

lo que en ella está implicado. ¿Miráis el miedo como observador, siendo él lo observado? ¿Sois el pensador que observa la cosa llamada miedo? ¿O es que miráis el miedo, pero no como observador, y por lo tanto no hay censor, no hay centro desde el cual estéis mirando, de modo que el miedo sea el único hecho real?

Voy a presentar el asunto de modo distinto. La mayor parte de nuestra vida es un conflicto, una lucha entre lo que *es* y lo que *debería ser*, y estamos acostumbrados al esfuerzo, a esta constante batalla que continúa bajo la piel, en nuestro interior, este ajuste, esta disputa entre lo que *es* y lo esperado: lo que *debería ser*. Estamos habituados a esta constante batalla y esto es lo único que conocemos; estamos condicionados para ello desde la niñez. Toda nuestra estructura social: nuestros conceptos religiosos, nuestra moral, todo, se basa en este constante esfuerzo para llegar a ser.

Pues bien, no digáis: «Si no hubiera esfuerzo, si no hay impulso, ¿qué seríamos? Seríamos monos, como antes, nos estancaríamos.» Ésa es la respuesta habitual. Pero, en nuestro mismo esfuerzo, hay una gran parte de nosotros que es el animal, el mono, y que es esta constante codicia, envidia, miedo, ansiedad, esta enorme demanda de satisfacerse con el placer y con su continuación. La exigencia de continuación del placer trae esfuerzo, y nuestros valores sociales, morales, religiosos, éticos, están basados en el placer. Sabemos lo que es el amor sólo por

causa del placer. Tal vez cuando comprendamos el significado y la estructura del placer tenga entonces un sentido muy distinto el amor, un sentido en el que no haya celos ni afán de posesión o de dominio. Mas, para llegar a eso, tiene uno que ver la naturaleza de este esfuerzo que está transformando lo que *es* en lo que *debería ser*. Lo que *debería ser* es la continuación del placer. Lo llamamos lo noble, lo bueno, lo virtuoso, pero tras la fachada de las palabras existe esa busca de placer.

¿Es posible, pues, cambiar, producir una revolución radical dentro de nosotros mismos? Y esa revolución tiene que haberla, porque, si no la hay, nuestra vida seguirá siendo muy superficial, vacía, obtusa, estúpida, mediocre; no hay nada nuevo. ¿Es posible, sin esfuerzo, terminar con el miedo? Sólo podéis lograrlo cuando hay contacto directo con ese sentimiento que se llama miedo, sin la intervención del pensamiento en forma de palabra; y esto ocurre de modo inmediato, si uno ha comprendido toda la naturaleza del tiempo, del placer, de la confusión y del desorden.

Todo esto requiere gran energía. Después de todo, atender a algo, atender a lo que se está diciendo, requiere energía. Mas, si no estáis interesado en lo que se está diciendo, si estáis mirando a alguna otra persona, si estáis pensando —Dios sabe qué— o aferrándoos a alguna manera complicada de hacer frente a la vida, entonces todo esto es un fastidio, y estaréis disipando energía; por lo tanto,

no estaréis prestando atención plena. La atención completa requiere energía, tanto física como neurológica: energía en la que no hay disipación por las palabras, por el escape, por el intento de llegar más allá de lo que *es;* sólo cuando hay esta energía total es cuando la mente puede mirar *lo que es;* y por el hecho mismo de esa atención (que es energía total aplicada a esta cosa llamada miedo) descubriréis vos mismo que uno puede quedar libre por completo del miedo.

Acaso queráis hacer preguntas o podamos discutir el asunto.

Pregunta: ¿Qué hay sobre el temor relacionado con los acontecimientos diarios, con los sucesos de la vida cotidiana?

KRISHNAMURTI: Desde luego que uno hace frente a los acontecimientos diarios; pero en general nos encaramos con ellos amedrentados y aprensivos, porque ya conocemos la pena o el placer que un acontecimiento determinado ha causado antes. Nos encaramos, pues, con los diarios acontecimientos estando nosotros ya condicionados por el temor. Como veis, me parece que no comprendemos bien esta cuestión. Probablemente no la he aclarado bien.

Veis que nos encaramos con todos los sucesos de la vida, con todos los acontecimientos, llevando el conocimiento del ayer, con todos sus placeres,

penas, temores, esperanzas. Hacemos frente a todo lo que sucede ahora a través del pasado, y así nunca estamos en contacto directo con nada; siempre estamos en contacto con el pasado, y ese pasado es el que se encuentra con el presente, lo cual crea contradicción, y, por lo tanto, esfuerzo, temor, etcétera, etcétera.

¿Qué es lo que estamos tratando de hacer en esta plática? ¿Tratáis de descubrir por mí la manera de encararos con la vida? ¿Estáis buscando un método, un sistema, una norma de conducta, de comportamiento? ¿O es que vos y yo estamos investigando juntos el problema, penetrando en toda esta cuestión del temor? Si os limitáis a escuchar para descubrir un método que ponga fin a vuestro temor, de modo que podáis vivir en forma distinta, etcétera, entonces me parece que no habrá relación alguna entre vos y yo; no puede haber comunión o comunicación entre nosotros, porque vos queréis una cosa y yo hablo de otra diferente. Mas si lo que estamos haciendo es emprender juntos un viaje, entonces es *vuestro* descubrimiento, no mío.

Por todo el mundo hay dominación y tiranía: la tiranía de los gobiernos, la de las iglesias en nombre de Dios, en nombre del amor y de la paz. Se ha impuesto sobre nosotros toda clase de autoridad, y los más de nosotros la aceptamos porque es satisfactoria. Mas el hombre que quisiera descubrir lo que es verdadero, lo que es real, tiene que dejar de lado toda autoridad —incluyendo desde luego la

del que está hablando—, de modo que su propia mente empiece a desplegarse y a ver todos los oscuros rincones de sí misma; y ésa, ciertamente, es la única cosa inteligente y creadora que hay que hacer.

20 de mayo, 1965

III

Tal vez al terminar la plática podamos realmente discutir las cosas, no en forma de argumentación, sino como dos amigos que discuten para descubrir por sí mismo cómo vivir en un mundo monstruoso, que es tan brutal, un mundo creado por nosotros, un mundo en el que estamos presos en el aspecto social, en el económico y en toda clase de relación. Estamos cautivos de esta sociedad que hemos construido a través de los siglos; y, para discutirlo juntos en forma amistosa, hace falta claridad, no sólo por parte del que pregunta, sino también por parte del que habla. Ambos tenemos que ser muy sencillos, y ésa es una de nuestras grandes dificultades. Somos intelectuales, listos, astutos, verbalmente reservados; no hablamos en serio, adoptamos «poses». Mas, si podemos dejar todo eso a un lado y discutir las cosas, entonces tal vez podamos descubrir una salida —no como evasión— de esta terrible confusión y desdicha que existen dentro y fuera.

Aquello de que quisiera hablar esta mañana es muy sencillo, aunque la sencillez misma se complica cuando utilizamos palabras; y, desgraciadamente, tiene uno que usar palabras, porque ese es el único medio de comunicación que tenemos vos y yo. Y la comunicación por las palabras no es necesariamente comunión. Hay diferencia entre comunicación y comunión. Puede uno comunicar por un teléfono, por los libros, por las palabras, por un gesto, mas la comunión es algo enteramente distinto. La comunión sólo puede producirse cuando vos y yo estamos en la misma intensidad, en el mismo nivel, al mismo tiempo, cuando ambos sentimos intensa y vitalmente estas cosas a la misma profundidad y en el mismo momento. Entonces hay comunión y entonces las palabras llegan a ser tan por completo inútiles, vacuas. Pero esa comunión no puede producirse si no nos comprendemos verbalmente uno al otro.

De modo que las palabras son necesarias, y conociendo la dificultad en su utilización, por ser cosas muy complejas, tiene uno que percibir las palabras; no debe uno quedar preso de ellas ni tejer intelectualmente una serie de teorías, porque no estamos hablando partiendo del ingenio sobre algo que pueda ser abordado teóricamente. No podéis abordar la vida en forma teórica, intelectual, emotiva; sólo podéis hacerlo de manera total, es decir, con todo vuestro ser, de modo intelectual, emotivo, físico. No podéis limitaros a tomar un fragmento

de ella y luego tratar de resolver el problema a través de ese único segmento. La vida es demasiado vasta, demasiado inmensa para ser abordada por medio de una teoría, por una hipótesis, por un patrón; tiene uno que llegar a ella como una inundación que baja por las montañas. Entonces uno comprende la extraordinaria cualidad del vivir.

Esta cualidad del vivir es, evidentemente, acción. No podéis vivir sin acción. Toda nuestra relación es acción, es un movimiento. Mas, partiendo de nuestra pena, de nuestros placeres personales, de nuestras preferencias y odios, de todos los mezquinos incidentes de nuestra vida, queremos hacer en esta enorme corriente un pequeño surco particular, un pequeño refugio estático, y vivir ahí, y luego tratar de comprender todo el proceso del vivir.

Tiene uno que comprender, así pues, la relación, porque eso es la vida. No podemos existir sin relación de alguna clase. No podéis retiraros al aislamiento, levantar una muralla en torno vuestro, como hace la mayor parte de la gente, porque ese acto de vivir en un estado de resistencia resguardado, asegurado, aislado, sólo sirve para crear más confusión, más problemas, más desdicha. La vida es, si uno la observa, un movimiento en acción, en relación, y ese es todo nuestro problema, cómo vivir en este mundo en que la acción es la base misma de toda existencia; cómo vivir en este mundo de modo que la relación no se vuelva monótona, obtusa, algo que es feo, reiterativo.

Nuestras mentes se ajustan, en efecto, al patrón de placer, y es evidente que la vida no es mero placer. Mas nosotros *queremos* placer. Eso es lo único que estamos realmente buscando en lo profundo, en lo interior, secretamente. Tratamos de sacar placer casi de cualquier cosa; y el placer, si uno observa, no sólo aisla y confunde la mente, sino que crea además valores que no son verdaderos, que no son reales. Así, el placer trae ilusión. Una mente que esté buscando placer, como lo estamos buscando la mayor parte de nosotros, no sólo se aisla, sino que invariablemente ha de estar en un estado de contradicción en todas sus relaciones, ya sea la relación con las ideas, con las personas o con la propiedad; siempre tiene que estar en conflicto. Ésa es ,pues, una de las cosas que tiene uno que comprender: que nuestra busca en la vida es, en lo fundamental, la exigencia, el apremio, el anhelo de placer.

Mas esto es muy difícil de comprender, pues, ¿por qué no ha de tener uno placer? Veis una bella puesta de sol, un árbol encantador, un río que tiene un amplio movimiento serpenteante, o un bello rostro, y al mirarlo da gran placer, deleite. ¿Qué hay de malo en esto? Me parece que la confusión y la desdicha empiezan cuando ese rostro, ese río, esa nube, esa montaña, llegan a ser un recuerdo. Y este recuerdo reclama entonces mayor continuidad de placer, queremos que tales cosas se repitan. Todos sabemos esto. He tenido cierto placer o vos habéis

tenido cierto deleite en algo, y queremos que se repita. Ya sea cosa sexual, artística, intelectual o algo que no sea precisamente de esta clase, queremos que se repita. Y creo que ahí es donde el placer empieza a oscurecer la mente y crear valores que son falsos, no reales.

Lo importante es comprender el placer, no el tratar de librarse de él; eso es demasiado tonto. Nadie puede librarse del placer, pero es esencial comprender su naturaleza y estructura; porque si la vida es sólo placer y si eso es lo que uno quiere, entonces con el placer van la desdicha, la confusión, las ilusiones, los falsos valores que creamos, y, por lo tanto, no hay claridad. Es un sencillo hecho real, tanto desde el punto de vista psicológico como biológico, que estamos buscando placer y queremos que toda relación se base en él; y, por ello, cuando la relación no es placentera, hay una contradicción, y entonces empiezan el conflicto, la desgracia, la confusión y la agonía.

No estoy diciendo nada extraordinario, me limito a señalar un hecho, y, habiendo sido adiestrada, habiendo sido tan fuertemente condicionada en esta busca del placer, ¿puede la mente ver la limitación de éste, comprenderlo, no sólo en lo verbal o intelectual, sino ver su naturaleza, el significado interno del placer? Y, en ese acto mismo de ver, ¿puede ponerse en una dimensión del todo distinta?

Es decir, ahora estamos comunicando uno con otro; y, no sólo estamos comunicando, sino que

también estamos tratando de descubrir por nosotros mismos, al avanzar, si esto es lo que está pasando en realidad en nuestras vidas. ¿Comprende uno el placer de la auto-realización, el placer de ser alguien, de ser reconocido en el mundo como autor, como pintor, como gran hombre? ¿Comprende uno el placer de dominar, el del dinero, el de hacer voto de pobreza, el placer que uno experimenta con tantas cosas? Y, ¿ve uno que, cuando no se realiza el placer, empieza entonces la frustración, la amargura, el cinismo? Tiene uno, pues, que darse cuenta de todo esto, no sólo en lo material, sino en lo psicológico; y entonces empieza uno a preguntar: ¿qué lugar ocupa el deseo con respecto al placer?

Como sabéis, tiene uno que estar libre de ilusión, es decir, libre del poder de la mente para crear valores que no son reales, valores que carecen de realidad con respecto a la vida, al vivir efectivo. La mente tiene un poder extraordinario de crear ilusión por medio de creencias, de evasiones, de dogmas. Proyecta toda clase de modelos, metas, ideales, mediante los cuales espera realizar. Y a esta identificación con algo que ha proyectado, la llama convertirse en lo más grande. Ahora bien, si no estamos libres totalmente de este poder de ilusión y de la creación de tal ilusión, nunca podremos descubrir lo que es real, lo verdadero, o si hay Dios, algo mucho más grande que esta terrible existencia superficial.

Bien mirado, la mayoría de las personas intelec-

tuales y regularmente inteligentes quieren descubrir algo que esté más allá de la monotonía y agotadora rutina de su propia vida diaria. Como existe este enorme anhelo, va uno a las iglesias, donde nos dan moneda falsa; lee uno, se evade por la literatura, por las ideas, por diversas formas de teología oriental y occidental. Mas, para descubrir por sí mismo lo que es verdadero —no como ilusión, no como escape, sino conocerlo en realidad, como uno conoce la sensación de tener hambre— debe uno tener inmensa libertad. Esta libertad no es algún estado extraordinario, sino que es librarse de crear forma alguna de ilusión por medio del movimiento del placer. Si hay movimiento de placer —ya sea el placer de tener relación sexual o el de ver una puesta de sol o el que se deriva de ir a misa, el placer que uno experimenta al buscar algo que esté más allá de la mente— ello crea, de modo inevitable, una ilusión que os satisface y a la cual queréis aferraros; y entonces empieza todo el trastorno.

Me parece, pues, extraordinariamente importante comprender la naturaleza y significación del placer. Exteriormente, el mundo se va volviendo cada vez más próspero, cada vez más eficientemente organizado; las máquinas calculadoras y la automatización van a empezar ahora y a dar al hombre casi completa desocupación de trabajo. Ello no va a ocurrir mañana mismo, puede que no ocurra hasta dentro de veinte años, pero eso es lo que viene. El hombre va a tener mucho ocio, y el ocio significa

placer para la mayoría de las personas. Por eso, aunque en lo exterior tengamos todo lo que queremos, en lo interior estaremos en agitación, y para escapar de ésta tendremos aun otras formas de placer. Es, pues, muy importante, si uno quiere comprender todo este proceso del vivir y no escapar de él hacia alguna fantasía, un mito o algún absurdo ensueño, que uno perciba brutalmente —brutalmente, en el sentido de vitalmente— esta estructura del placer.

El placer significa también deseo. Ya sabéis, a través de Asia y Europa, los que buscan eso que llaman Dios, los monjes, las llamadas personas religiosas, han sido aconsejadas por sus tradiciones que desechen el deseo, y dicen que debe uno estar sin deseo. Probablemente habéis leído todo lo referente a eso; y yo creo que ello es del todo falso, porque significa cortar, reprimir, operar sobre el deseo. No podéis desechar el deseo de esa manera. Nunca podéis desechar el deseo, pero uno puede comprender su intimidad, sus limitaciones. Con la palabra «comprender» no me refiero a la mera comprensión intelectual. Nunca puede uno comprender nada intelectualmente; haga lo que haga, el intelecto astuto nunca puede captar la cualidad del amor; por ejemplo, el intelecto puede hablar sobre ello, escribir volúmenes acerca de esto, pero no es posible que lo sienta, que perciba la cualidad, el perfume, la naturaleza del amor. Y el intelecto es lo único que tenemos; lo hemos desarrollado de modo tan ingenioso,

tan hábil, que cuando decimos: «Comprendo», queremos decir que comprendemos de manera intelectual, cosa que es puro desatino. Nadie puede comprender nada de modo meramente intelectual. O comprende uno o no comprende. Sólo podéis comprender cuando consagráis todo vuestro ser (cuerpo, mente, corazón, todo lo que tenéis) a ella, incluido el intelecto. Pero cuando el intelecto está separado y dice: «Comprendo», no comprende. Eso es puro disparate.

Así, pues, para comprender el deseo, que es placer, tiene uno que penetrar en él, palparlo, aprender todo cuanto uno pueda sobre él, y no decir: «Éste es un deseo acertado, ése es desacertado; éste es deseo bueno y ése es malo.» No hay bueno ni malo, deseo noble ni innoble; sólo hay deseo, y comprender es penetrar en él palpándolo, en un sentido no verbal, sin tratar astutamente de eludirlo o de no tenerlo o de trascenderlo, porque no podéis hacer esto. Tiene uno que comprender el deseo, y ya he explicado lo que entiendo por «comprender»; tiene uno que penetrar en la estructura del deseo, no con arreglo a vuestro capricho o al mío, sino comprender efectivamente lo que de modo irrefutable e irremediable *es* y cuando eso esté muy claro, entonces conocerá uno las limitaciones del deseo y, por lo tanto, al comprender toda su estructura, queda uno fuera de ello: la mente ya no está presa en el deseo o en el proceso del placer.

Vamos, pues, a examinar juntos la estructura

misma del deseo, y no a pensar en términos de vuestra opinión o de la mía, ni a citar lo que algún biólogo o psicólogo o algún charlatán religioso haya dicho sobre el deseo. Vamos a descubrir lo que es en realidad el deseo, y ello me parece extraordinariamente sencillo. Veo algo, y lo quiero; veo un bello árbol en vuestro jardín, atractivo, pleno, rico, y me gustaría tener ese árbol en mi jardín. Eso es todo, Al ver algo, hay la reacción, la sensación de placer, y de esa sensación surge el deseo. Es así de sencillo, si lo observáis en vos mismo. No tenéis que leer ningún libro para descubrir ese sencillo hecho. Hay la percepción de una bella casa o un lindo piso, limpio y vacío, con sólo muy pocas cosas; entráis allí y decís: «Desearía vivir aquí.» Primero hay la percepción visual o el ver, luego la reacción, la sensación de placer y, partiendo de eso, el deseo. Éste es todo el proceso del deseo. Se vuelve más complicado, naturalmente; se hace mucho más sutil, pero, si comprendéis sus comienzos, sus raíces, entonces no tenéis que escalar cada rama, examinar cada flor, arrancar cada hoja de ese árbol. Conocéis la cualidad del deseo, cómo sobreviene, y, cuando conocéis eso, entonces nunca tenéis que reprimir el deseo, porque comprendéis todas sus implicaciones.

Mas, para la mayoría de nosotros, el deseo significa auto-abandono, auto-expresión: deseo eso y tengo que tenerlo, ya sea una bella persona o una casa, o una idea: tengo que tenerla. ¿Por qué? ¿Por

qué tiene que venir a la existencia eso de «tener que»? ¿Por qué dice el deseo: «Tengo que tener eso», cosa que produce la angustia, el impulso, el apremio, las exigencias de una existencia compulsiva? Es bastante sencillo, está bastante claro por qué hay esta insistencia en la auto expresión, que es una forma de deseo. En la auto expresión, en ser alguien, hay gran deleite, porque se os reconoce. La gente dice: «¡Caramba! ¿Sabéis quién es?», y todas las demás tonterías. Podéis decir que no es simplemente deseo, que no es sólo placer, porque hay algo tras del deseo que es mucho más fuerte aún. Mas no podéis llegar a eso sin comprender el placer y el deseo. El proceso activo del deseo y el placer es lo que llamamos acción. Quiero algo y trabajo, trabajo y sigo trabajando para lograrlo. Quiero ser famoso como escritor, como pintor, y hago todo lo que se me ocurre para llegar a ser célebre. Generalmente, caigo al lado del camino y el mundo nunca me reconoce, de modo que me siento frustrado, paso por una agonía; y entonces me vuelvo cínico, o adopto la pretensión de la humildad y empiezo todo lo demás de ese desatino.

Mas ¿por qué existe esta enorme exigencia de realización? Espero que iréis avanzando conmigo y no os limitaréis a escuchar verbalmente; porque, si hacéis esto, entonces nuestra comunicación o nues- relación de comunión ha terminado. Como dije al principio, emprendemos juntos un viaje al interior de *vuestra* vida, no de la mía.

Nos preguntamos, pues, por qué existe esta insistencia en que se realice el deseo. Si queréis un abrigo, un traje, una camisa, una corbata, un par de zapatos, los adquirís. Esa es una de las cosas. Mas, por detrás de este persistente impulso a realizarse uno mismo, seguramente que existe el sentido de completa falta de adecuación, sentimiento de soledad. No puedo vivir aislado, no puedo estar solo, porque por mí mismo soy insuficiente. Sabéis más que yo, sois más bello, más intelectual, más listo, sois más esto o aquello, y yo quiero ser todas esas cosas y más. ¿Por qué? No sé si os habréis hecho alguna vez esta pregunta; si os la habéis hecho, y si para vos no se trata de una simple cuestión ingeniosa teórica, entonces encontraréis la respuesta. Mas sólo la podéis encontrar cuando vuestra mente no está proyectando una respuesta.

¿Me estáis siguiendo? ¿Me voy expresando claramente?

Quiero saber por qué anhela uno muchas cosas o una sola. Quiere uno ser feliz, hallar a Dios, ser rico, ser famoso, completo o estar liberado, sea lo que fuere lo que ello signifique; ya sabéis, todas las cosas por las cuales creamos anhelo. Quiere uno un perfecto matrimonio, una perfecta relación con Dios, etc. ¿Por qué? Ante todo, ello indica cuán superficial es la mente, ¿no? Y ¿no indica también un sentido de soledad, de vacío?

Mirad, hay dos clases de vacío. Hay aquél en que la mente se mira y dice: «Estoy vacía»; y hay el

vacío real. Existe el vacío que quiero llenar, porque no me gusta ese vacío, esa sensación de soledad, ese aislamiento, esa sensación de estar por completo separado de todo. Cada uno de nosotros tiene que haber tenido esa sensación, ya sea de modo superficial o casual, o bien muy intensamente. Y al percibir esa sensación, es evidente que uno escapa de ella, trata de taparla con el conocimiento o por medio de la relación humana, por la exigencia de una perfecta unión entre hombre y mujer, y todo lo demás. Esto es lo que en realidad sucede, ¿no? No estoy inventando nada. Si uno se ha observado, si ha penetrado un poquito en sí mismo —no enormemente, eso viene mucho después— sabe que esto es un hecho real. Empieza uno, pues, a descubrir que donde haya esta sensación de inagotable soledad, este vacío creado al considerar la mente que ella misma está vacía, habrá también un apremio, un enorme impulso a realizar, a conseguir algo con lo cual tapar aquello.

De modo que en lo consciente o en lo inconsciente percibe uno este estado; no me gusta la palabra «vacío», porque el vacío es una bella palabra. Una cosa como una taza o una habitación es útil cuando está vacía; pero, si la taza está llena o la habitación atestada de muebles, entonces es inútil. Los más de nosotros, como estamos vacíos, nos llenamos con toda clase de ruidos, con el placer y con toda forma de evasión. Hay una sensación de vacío y tenemos el impulso de llenar ese vacío con los objetos del

deseo, con el placer y su continuidad, que a su vez crea falsos valores, y, por tanto, conflicto en todas nuestras relaciones. Quiero placer en mi relación con mi esposa o marido, y cuando esa esposa o marido se desvía hacia otra persona, siento celos, aborrezco; me complazco en mi nacionalidad, en la posición que he logrado en el país con el que me he identificado; y cuando ese país se «defiende», como se llama eso (que es atacar a otro; no hay defensa que no sea ataque, es todo lo mismo), empieza la carnicería. Me veo inevitablemente preso de ello.

Conocemos, pues, todos, este vacío y la evasión de él por medio del placer, la realización del deseo, etcétera.

Mas ¿por qué existe tal vacío? Espero que estéis siguiendo esto conmigo, no verbalmente. ¿Por qué existe este vacío? ¿Es inevitable o lo está creando la mente? Cuando utilizo la palabra «vacío», eso es comparativo ¿no? Veo que sois rico, no sólo materialmente; eso no es nada en absoluto; cualquier hombre que trabaje con un poco de intensidad y que sea listo y astuto puede ser bastante adinerado. Pero sois rico de otros modos: tenéis conocimientos, sabéis lo que significa sentir, vivir ricamente en lo interior. Y yo no soy nada, soy estúpido, feo. Así, la comparación es el comienzo de este vacío. Ya sé que decimos que, si no hay comparación, no habrá progreso. ¿Progreso, en qué? No todo el progreso técnico se debe a un solo hombre; es el resultado del esfuerzo de todo un grupo. La división del

átomo, la perfección del automóvil, tales cosas no son obra de una sola persona, sino de todo un grupo. Mas nosotros, como individuos, comparamos y decimos: «Vos sois alguien; yo, no, y quiero serlo.» Empieza uno, pues, a ver que la comparación crea, invariablemente, el sentimiento de vacío; y ésta es una de las cosas más intrincadas y sutiles para la comprensión, porque se nos educa desde la infancia y se nos enseña en nuestras escuelas a comparar, comparar y más comparar. Sois bello; yo, no lo soy. Obtenéis más altas calificaciones; yo, las obtengo más bajas. Se nos condiciona, pues, de esa manera desde la niñez.

Así, al compararse la mente con alguna otra, empieza esta sensación de vacío. Por favor, miradlo, no lo desechéis a un lado. Es muy sencillo.

Y ¿es forzoso que comparemos? ¿Tengo que compararme con vos, que sois tan así o tan de otra manera? Y ¿hay progreso, evolución, si se compara? Interiormente es evidente que no. Si comparo mi pintura con la vuestra, he dejado de ser pintor. Si amo y comparo mi amor con el vuestro, no será amor. Esto es lo que está pasando todo el tiempo. Mas, si podéis vivir sin comparación —cosa que es una de las más sutiles de comprender, y la más maravillosa— entonces hallaréis que la mente ya no está creando este vacío; no se compara entonces con otra, haciéndose por ello pequeña o grande. Y uno *puede* vivir así, sin ningún sentido de comparación con nadie. Entonces empieza uno a comprender todo este

proceso en que la mente se contempla a sí misma a través de la comparación, y con ello se reduce a algo pequeño; y siendo pequeña, quiere llegar a ser grande; y siendo garnde, quiere serlo aun más. Por ello, engendra en sí misma esta sensación de insuficiencia, de vacío, de soledad, y así empieza toda la desdicha y el afán.

Entonces veréis, no mañana, sino ahora —si aun estamos en comunión uno con otro— el significado de la acción. Nuestra vida es acción: ir al mercado, guisar, criar niños, pensar, conducir un automóvil, contemplar un árbol, ir a la oficina. Toda la vida es enorme acción. Si estáis sentado calladamente en un bosque, en primavera, veis que todo está lleno de vida en explosión. Ya sabéis, los más de nosotros nunca morimos, y por lo tanto nunca producimos. Los árboles echan nuevas hojas y, cuando éstas mueren, son de un aspecto maravilloso; mas nosotros seguimos viviendo en el pasado, nunca morimos, y, por consiguiente, nunca nos renovamos; nuestra acción es siempre imitativa, conforme, seguidora del modelo placentero, y por ello hay angustia. Ésa es la única acción que conocemos, y de ella tratamos de escapar: es la acción nacida de la idea. Lo que llamamos placer es una idea. Existe el placer, placer efectivo, y ésa es una cosa; mas es otra muy diferente el crear partiendo del placer una *idea* de éste y entonces actuar desde esa idea. La acción es enteramente distinta de la idea, y así, hay contradicción entre idea y acción.

Esto es muy sencillo, si estamos aun en comunión uno con otro.

Si ya no estáis comparando, si ya no os impulsa el deseo de placer —que es muy sutil, que no es muy fácil de comprender, pues tenéis que aplicar a ello todo vuestro ser— entonces hallaréis que la acción nunca se ajusta a un modelo. Es nueva todo el tiempo. No nace de una idea. Descubriréis así un modo de vivir en este mundo y de estar libre de la estructura psicológica de la sociedad. Y uno tiene que estar libre así de tal estructura, con su codicia, ambición, crueldad, brutalidad, y todo lo demás. Entonces puede uno llegar lejos, porque entonces empieza la meditación real. Lo que hasta ahora se ha llamado meditación es demasiado pueril.

Cuando la mente ya no está buscando placer, y ya no está presa de la contradicción entre idea y acción, entonces es activa; no «yo fuí activo» ni «seré activo», sino *activo;* sólo existe el verbo «actuar», no en el tiempo pasado ni en el porvenir, sino en el presente activo. Mas eso sólo es posible cuando uno ha comprendido la naturaleza de la codicia, de la envidia, de la ambición, la competencia, los celos. Y comprender todo eso no es cuestión de tiempo; porque, si utilizáis el tiempo para comprenderlo, no haréis más que crear nuevo desorden.

Tiene uno, pues, que echar los cimientos —y los cimientos *son* eso— de la meditación real, descubriendo la manera de vivir en este mundo sin huir de él. Esto significa tener vuestras relaciones, sexo,

trabajo, desdichas, conflictos, y vivir con ellos, comprenderlos. Sin comprender la naturaleza del placer, del sentimiento de soledad, del vacío, sin comprender la insistencia del deseo en diversas formas de realización, de llegar a ser, y todo lo demás, nunca podrá uno trascender las limitaciones que la mente se pone a sí misma. Por eso, es desatinado que busque a Dios un hombre que sea codicioso, violento. Su Dios será de su propia fabricación: un mezquino diosecito, un pequeño Salvador.

Cuando empieza uno a comprender todo esto, no como teoría, sino en la vida real, en el vivir, entonces puede uno penetrar en la naturaleza de la meditación. Pero me temo que tendremos que dejar esto hasta la próxima vez que nos reunamos, porque son casi las doce y no habrá tiempo para la discusión. Nos detendremos, pues, aquí, si no os importa.

Pregunta: Uno llega a la comprensión lentamente, poco a poco.

KRISHNAMURTI: ¿Os ocurre eso? Ya sé que ésa es la afirmación evidente que hacen todos: la de que llegamos a la comprensión de modo lento y gradual. Decimos eso y ajustamos la vida a ello; pero ¿es un hecho real? Aunque lo digáis y aunque lo digan cien millones de personas, eso no significa que sea verdad. Tiene uno que descubrirlo. ¿Trae comprensión el tiempo? Mirad: si se me permite

señalarlo respetuosamente, no estáis inquiriendo, os limitáis a asentir o disentir. ¿Trae comprensión el tiempo, una duración, un período, una extensión de tiempo? Puedo aprender un idioma en cuatro meses, lleva tiempo aprender una nueva técnica, un nuevo oficio, un nuevo modo de hacer las cosas, pero ¿es cuestión de tiempo la comprensión?

¿Llegamos a la comprensión por la experiencia? ¿Qué es la experiencia? Y ¿aprendemos algo por ella? Hemos tenido dos sangrientas guerras, terribles; ¿hemos aprendido algo, excepto tal vez nuevas técnicas, como la de construir mejores aeroplanos? ¿Hemos aprendido a no matarnos unos a otros, en lo físico, en lo mental, verbal, nacional, en la comparación? Es evidente que no.

Pues bien, tomad una cosa sencilla, como el nacionalismo. ¿Por qué somos nacionalistas? Discutimos esto en relación con la comprensión. Me identifico con mi país, que es más grande que yo, porque de esa identificación derivo cierta satisfacción. Hacéis lo mismo si sois francés; algún otro lo hace como alemán o norteamericano, con todo lo demás de ese estúpido desatino, y estamos listos para ir al combate ¿sobre qué? Sobre nuestra identificación con una idea. Decimos que, porque vos y yo somos seres humanos, con nuestras pasiones, odios, angustias, nacionalismo, llevará tiempo el llegar a ser realmente una Europa unida, un mundo unido, llegar a ser seres humanos unidos. ¿Qué quiere decir esto? Significa que no queremos dejar nuestras pe-

queñas idiosincrasias, nuestras identificaciones particulares, las cuales podríamos abandonar mañana, inmediatamente. Cuando veis que algo es un veneno, lo dejáis al instante. Pero nos gusta que se nos llame franceses o ingleses, etc. Y, por eso, nos aferramos a nuestro nacionalismo, hasta que las circunstancias nos fuerzan poco a poco a estar unidos. Y decimos: «¡Caramba! Se tardará tiempo en llegar a estar unidos.»

Del mismo modo, decimos que el tiempo es necesario para llegar a la comprensión. ¿Lo es? Decimos que lo es, porque nunca prestamos atención a nada. Sólo atendemos a algo cuando hay una enorme crisis, y el mundo se halla en un estado de crisis todo el tiempo, no sólo cuando queréis que lo esté. Mientras estáis sentado en esta sala, existe una crisis, hay desdichas, hay hambre en el mundo; tal vez no en París, no en Francia; pero volad en un avión durante ocho horas, y lo sabréis todo sobre la inanición, la desgracia, la enfermedad, lo feo. Y, sin embargo, os recostáis en vuestra cómoda butaca y decís que se tardará tiempo en comprender. La crisis está ahí, pero no queremos encararnos con ella. ¡Por Dios! Ved que la comprensión no invierte tiempo. Como vimos el otro día cuando hablamos sobre ello, el tiempo no hace sino crear más desorden. Esto es muy sencillo y no quiero volver sobre ello.

La comprensión viene cuando ponéis en algo vuestra mente, el corazón y el cuerpo; y cuando no

lo hacéis, no tendréis comprensión. O lo hacéis voluntariamente, con facilidad, dichosamente, u os veis forzado; y, cuando ocurre esto último, resistís y por tanto, decís: «Bueno, se tardará tiempo.»

Ya sabéis, los más de nosotros tenemos celos, envidia, y ello nos gusta. Nos gusta porque implica posesión, dominio, comparación, la sensación de que poseemos, de que somos alguien, y todo lo demás. Cuando veis lo que en realidad está implicado en todo el edificio comparativo, os gusta y proseguís con ello, o bien no os gusta. Y si no os gusta, lo comprendéis de modo inmediato. Como lo comprendéis, no vais por ese camino.

Pregunta: ¿Quién es el que comprende?

KRISHNAMURTI: ¿Quién es la entidad que comprende? ¿Hay una entidad cuando hay comprensión? Decimos: «Comprendo», pero eso es sólo una forma de comunicación. Os digo: «Comprendo eso de que habláis»; pero en el momento efectivo de la comprensión, ¿hay una entidad que dice «yo comprendo»? En el momento en que hay gozo que no tiene causa y que es por completo distinto del placer, en ese momento ¿hay una entidad que diga: «Estoy gozoso»? Y cuando decís «Estoy gozoso», entonces cesa el gozo. No sé si habéis observado esto. En el momento en que decís «Soy feliz», ¿lo sois entonces?

Lo mismo pasa cuando estáis atento por comple-

to. Intentadlo, sí, vos mismo, y veréis. iMrad una flor, un árbol o una nube, o lo que queráis. Miradlo, no de modo verbal, es decir, no lo nombréis, no digáis que es bueno, malo, bello, esto o aquello. Miradlo sin palabras y, por tanto, con atención. Con atención, en el sentido de «por completo», con toda vuestra mente, con todo. Hay entonces un estado de atención en el cual no hay esfuerzo. Y, en ese estado de atención, ¿hay una entidad que está atenta? La entidad que está atenta y que se da cuenta de que lo está nace de la memoria, que es inatención; y sólo en ese estado de inatención es en el que existe una entidad que observa.

Si alguna vez vais a un bosque, y espero que lo hagáis, mirad un árbol calladamente. Simplemente miradlo. Al decir «miradlo», no quiero indicar que lo miréis sólo con la mente —la mente piensa mucho más que el ojo—. Más bien miradlo todo el árbol con vuestro ser, para estar en comunión con él. Éste no es algún fenómeno misterioso o místico. Como sabéis, hay algo de enorme misterio en la vida, algo que no está creado por la fea, tonta y pequeña mente. Sentaos a mirar ese árbol o esa flor; mirad atentamente, sin concentración. La concentración limita, es exclusiva. Un negociante o mercader se concentra cuando está traficando para conseguir algo. Cuando queréis esto o aquello, os concentráis y por ello, limitáis la mente; ésta se fija sobre cierto punto, pero no es eso lo que yo llamo atención. Cuando miráis una flor o un árbol, mirad

atentamente, con facilidad, y hallaréis que no existe entidad en forma de observador, de experimentador, pensador, porque entonces el observador es lo observado.

23 de mayo, 1965

IV

Me parece que una de las cosas más difíciles de la vida es la de comunicar cuerdamente uno con otro, porque tenemos que utilizar palabras y éstas las interpretamos a nuestro gusto, nuestro dolor o disgusto; las traducimos siempre en términos de nuestro particular conocimiento e información, y así, la comunicación se vuelve un poco difícil, especialmente cuando entramos en cuestiones que no son en realidad materiales, pues entonces necesita uno mayor agudeza y claridad, no sólo al escuchar, sino también al expresar.

Me gustaría, si se me permite, hablar esta noche sobre algo que os puede resultar un poco ajeno. Y no es que yo represente al país del que vengo; pero quisiera penetrar en la cuestión de saber qué es el estado que se llama cordura.

Es sumamente difícil estar cuerdo por completo, y muy pocos de nosotros somos en realidad equilibrados, cuerdos, racionales, de vista clara. Estar cuerdo es no tener auto-contradicción; es estar, en

lo interior y en lo exterior, extrordinariamente equilibrado, lo que significa que en lo psicológico todo está en orden; y me parece que este estado de cordura es muy difícil. Uno de los indicios de cordura está en que no hay contradicción dentro de uno mismo, que no hay desequilibrio. Es un estado en que el pensamiento y la acción se corresponden mutuamente en la realidad, no en teoría. Lo que pensáis es lo que hacéis. No hay contradicción entre una cosa y otra, y no existe la creencia, porque tratáis con hechos, con *lo que es*, y no con *lo que debería ser*. Esto último no es real; lo real es *lo que es*. Una mente que quiera comprender la naturaleza de la cordura y del orden debe, desde luego, estar libre de toda clase de creencia, dogma, superstición e ideal, porque es evidente que estas cosas contradicen lo que uno es realmente; y cuando hay tal contradicción, como la hay en la vida de los más de nosotros, entonces de esa contradicción surgen diversas formas de inarmonía y desequilibrio.

Me parece, pues, que para descubrir uno mismo si existe eso que puede llamarse la verdad, algo que está mucho más allá de las meras proyecciones de una mente lista, astuta, filosófica, o de una mente que escape de la diaria rutina de la existencia física, con su fastidio y conformidad, para descubrir eso uno mismo, seguramente que deberá tener un orden extraordinario en su vida; orden en el sentido de que no hay contradicción de ninguna clase, porque la contradicción crea en efecto desequili-

brio, como el hombre que desea paz, pero hace en la vida real todo lo posible para no tener paz. Ambas cosas no pueden ir juntas, en modo alguno; y el trastorno, la tensión de esta contradicción, crea efectivamente enemistad interna y produce una falta de equilibrio, falta de cordura.

Pues bien, quisiera hablar sobre algo que no es oriental ni occidental, y la palabra que generalmente se aplica a ello es la de «meditación», porque me parece que si uno no sabe meditar o si la mente no se halla en un estado meditativo, pierde mucho en la vida. Nuestra vida es en la actualidad bastante superficial; es más bien vacía, obtusa; y cuando la pequeña mente mezquina trata de adivinar lo misterioso, lo incognoscible, es evidente que se limita a crear una imagen de su propia mezquindad. La cuestión es, pues, si una mente pequeña, llena de preocupación, de desesperanza, esforzándose anhelosamente en cambiarse para llegar a ser algo, si esa mente mezquina puede transformarse, irrumpir a través de sus propias limitaciones y estar abierta a amplios horizontes; porque si no lo hace es casi imposible la cordura. Cordura es orden no sólo exterior, sino interior, bajo la piel, como si dijéramos; e importa mucho la forma en que se logra este orden.

En lo interior, los más de nosotros somos muy desordenados. Podemos tener muchos conocimientos, información bien ordenada, claridad exterior; podemos tener propósito exterior y ser capaces de

discutir, pero en lo interior la mayoría de nosotros estamos confusos, en conflicto. Puede verse esto en el caso de muchos escritores de ingenio. Como tienen un don o capacidad y están en contradicción consigo mismos, bajo gran tirantez y tensión, producen toda clase de literatura, pero es básicamente la obra de una mente enferma. Y me temo que los más de nosotros estemos confusos; no hay en nosotros claridad. Esta claridad no puede descubrirse por medio de otro, ni siguiendo alguna autoridad o sistema de pensamiento, antiguo o moderno. Esta claridad es orden; y el orden, en su sentido último y sutil, es virtud. La moralidad que impone la sociedad no tiene nada de moral. La moralidad social es inmoral porque crea toda clase de contradicción, toda forma de ambición, competencia. La sociedad, por su misma naturaleza, ya sea en el mundo comunista o en el occidental, engendra en efecto una conformidad externa, social, que se llama moralidad; pero si uno penetra en ella muy hondamente, verá que tal moralidad es inmoral.

Hablo de la virtud, que no tiene nada en absoluto que ver con la sociedad y su llamada moralidad. La virtud sólo puede sobrevenir cuando hay orden psicológico dentro de uno mismo, cuando comprendemos todo el edificio social —la estructura psicológica de la sociedad de la cual formamos parte—; en esa comprensión hay orden, que produce virtud. Sin virtud no es posible que la mente tenga claridad, cordura y por lo tanto, cordura y

virtud van juntas. Creo muy importante comprender esto, porque para la mayoría de nosotros la virtud se ha vuelto muy fastidiosa, una cosa algo tonta, anticuada, sin mucha significación, sobre todo en el mundo moderno. No es que yo aconseje la superficial moralidad de la sociedad, sino que estamos inquiriendo juntos, espero, en toda esta cuestión de lo que es la verdadera virtud.

Lo mismo que tiene uno ordenada, arreglada, linda y limpia una habitación, y uno lo hace todos los días, así tiene que haber orden interno; pero el orden interno reclama mucha más atención; requiere percepción de lo que se está produciendo en lo interior. La mente tiene que darse cuenta de todos sus propios pensamientos y sentimientos, lo mismo de los abiertos que de los secretos deseos y empeños; y de esta percepción viene el orden, que es virtud.

Si uno inquiere sobre la virtud aun más hondamente, ve que no es una cosa que pueda uno tener de modo permanente, y ésa es la belleza de la virtud. No podéis decir: «He aprendido lo que es ser virtuoso, y todo ha pasado ya.» La virtud no es un fenómeno continuo, fijo. La virtud es orden que renace de momento a momento, y por eso hay libertad en la virtud y no una rebelión. Como señalé el otro día, rebelión no es libertad; la rebelión sigue estando dentro del modelo de la sociedad. El modelo o molde de la sociedad es psicológico, es la envidia, la codicia, la ambición, los diversos conflic-

tos de que formamos parte. *Somos* la sociedad que hemos hecho, y si uno no está libre de ella, no es posible que haya orden. La virtud es, pues, de la más alta importancia, porque trae libertad, y uno *tiene que* ser libre, pero esto es lo que no quieren la mayoría de las personas. Pueden querer libertad política, libertad para votar a algún político o la libertad nacionalista; pero esa no es libertad en absoluto.

La libertad es algo enteramente distinto; y los más de nosotros no queremos en lo interior la libertad, porque implica que tenemos que estar solos por completo, sin un guía, sin un sistema, sin seguir ninguna autoridad, y eso requiere enorme orden dentro de uno mismo. La mayoría de nosotros queremos apoyarnos en alguien, y si no es una persona, entonces es una idea, una creencia, una manera de conducirse, un modelo establecido por la sociedad, por algún conductor o una llamada persona espiritual, o bien por uno mismo.

De modo que la mayoría de nosotros aceptamos la autoridad. Y aquí tenemos que ver claramente que la autoridad de que hablamos no es la de la ley del país; de lo que hablamos es de la autoridad que seguimos por miedo de estar solos, por el miedo de mantenernos sobre nuestros propios pies, sin esperar que nadie nos indique cómo vivir, cómo conducirnos o tener claridad interna. Como tal autoridad engendra desprecio, crea también enemistad y división entre hombre y hombre. Un hombre que

busque la verdad no tiene autoridad de ninguna clase, en ningún momento, y esta liberación de autoridad es una de las cosas más difíciles de captar por la mayoría de nosotros, no sólo en el mundo occidental, sino también en Oriente, porque creemos que algún otro traerá orden a nuestra vida: un salvador, un maestro, un instructor espiritual, y todo eso, cosa que es absolutamente absurda. Sólo por nuestra propia claridad, por nuestra propia investigación, percepción, atención, es como empezamos a aprenderlo todo sobre nosotros mismos; y de ese aprender, de esa comprensión de nosotros mismos, vienen la libertad y el orden, y por lo tanto, la virtud.

De modo que la comprensión de que uno ha de estar solo por completo viene cuando empezáis a comprenderos a vos mismo. Autoconocerse es el principio de la sabiduría, y ésta siempre está sola, porque no puede adquirirse en los libros, por las citaciones de otros. La sabiduría es algo que cada uno tiene que descubrir, y no es resultado del conocimiento; éste y la sabiduría no van juntos. La sabiduría viene cuando hay la madurez del autoconocerse. Sin conocerse a sí mismo no es posible el orden, y, por tanto, no hay virtud.

Ahora bien, aprender y acumular conocimiento sobre sí propio son dos cosas distintas. Os ruego escuchéis esto un poquito. No es que me estéis siguiendo o simplemente aceptando lo que digo, cosa que espero no haréis, sino que estamos investigan-

do, descubriendo juntos. Emprendemos juntos un viaje y, por tanto, percibís tanto como el que habla, trabajáis con tanta intensidad como él, lo que quiere decir que ambos inquirimos juntos.

Aprender y acumular conocimiento son dos cosas distintas. Una mente que esté adquiriendo conocimiento nunca está aprendiendo. Lo que está haciendo es esto: acopiando para sí información, experiencia, en forma de conocimiento, y desde el trasfondo de lo que ha acumulado, experimenta, aprende, y por tanto nunca está en realidad aprendiendo, sino siempre conociendo, adquiriendo.

Cuando haya hablado un poco, espero haréis preguntas sobre esto, pero ahora tengo que seguir.

El aprender está siempre en el presente activo, no tiene pasado. En el momento en que os decís, «He aprendido», ya se ha convertido en conocimiento, y partiendo del trasfondo de ese conocimiento, podéis acumular, traducir, pero no podéis aprender más. Sólo una mente que no esté adquiriendo, sino siempre aprendiendo, sólo una mente así, puede comprender toda esta entidad que llamamos el yo, el ego. Tengo que conocerme, conocer la estructura, la naturaleza, la significación de la entidad total; mas no puedo hacerlo cargado con mi anterior conocimiento, con mi previa experiencia o con una mente que esté condicionada, porque entonces no estoy aprendiendo, estaré simplemente interpretando, traduciendo, mirando con un ojo que ya está nublado por lo pasado.

Hay, pues, una vasta diferencia entre conocer y aprender. El conocimiento ata, mientras que el movimiento de aprender libera la mente. Tengo que estar aprendiendo sobre mí mismo todo el tiempo, porque el «mí mismo» es una cosa extraordinaria, viva. A cada momento hay un cambio, hay una mutación, hay una variedad de intimaciones, de reacciones y tengo que observar todo esto, aprender sobre ello. Pero si vengo a esto con experiencia anterior en forma de conocimiento, no estaré aprendiendo. Espero que esto resulte un tanto claro.

Para traer orden es necesario aprender sobre sí mismo, no sólo sobre las propias reacciones fisiológicas, sobre las compulsiones biológicas, exigencias, sino también sobre todo el movimiento interno del pensamiento propio; y sólo entonces podéis seguir adelante con la meditación. Ya sabéis, hay muchos libros sobre la meditación, muchos instructores y personas listas que han escrito sobre la manera de meditar, sobre lo que hay que hacer. No sé si estaréis interesado en esto. Si no lo estáis, debéis estarlo, porque no saber el significado de la meditación es como tener sólo un brazo o no tener ninguno.

Los más de nosotros estamos buscando lo misterioso, porque vemos que nuestra vida tiene muy poco sentido, muy poco significado. La rutina de ir a la oficina, de hacer algo una y otra vez, sea agradable o no, la incesante conformidad a un modelo, de todo eso nos cansamos un poco, y por ello buscamos algo misterioso, algo que no sea de este

mundo, un «trasmundo». Creemos, pues, que mediante lo que llamamos meditación —que es una de las invenciones de Asia— llegaremos a esa cosa extraordinaria, una realidad que no está fabricada por la mente.

Pues bien, es muy importante comprender lo que es la meditación, porque en la meditación real hay gran belleza, hay un sentido de gran intensidad, y sólo la mente meditativa es la que sabe lo que es amor. Los más de nosotros no lo conocemos. Conocemos el amor en relación con el placer. Es decir, si uno ha observado, ve que el amor, tal como lo conocemos, siempre está relacionado con el placer: el placer físico, el del compañerismo, el de la asociación, el placer derivado de eso que llamamos amar a otro, amar a un país, etc., etc.

Mas el placer, como señalé el otro día, es resultado del deseo; pero hay una leve, sutil diferencia entre deseo y placer. No sé si habéis observado vos mismo que, cuando surge el deseo, el pensamiento le da continuidad. Veo algo que es bello: una casa, un automóvil, o lo que sea, y hay la reacción del deseo. Y entonces el pensamiento da continuidad al deseo, lo que es placer. Puedo mirar un bello árbol, o una persona bella, y hay una reacción que es normal, sana, cuerda. Mas lo que da continuidad, duración, a esa reacción es el pensar sobre ella; y, por lo tanto, pensar sobre el deseo es placer, y la continuidad del deseo en forma de placer niega el amor, como es evidente.

De modo que también para traer el orden a nuestro interior hace falta atención, percibir lo que está pasando de instante en instante dentro de uno mismo, y no negarlo nunca, no escapar nunca de ello, sino limitarse a darse cuenta de ello, sin elegir.

Mirad, hay mucha diferencia entre atención y concentración. Cuando os concentráis, toda vuestra mente se enfoca sobre una cosa determinada, y, si lo hacéis muy bien, podéis construir una muralla que no deje entrar ninguna otra cosa. La concentración es exclusión, resistencia, y por lo tanto, contradicción, mientras que la atención es un estado de darse cuenta, una cosa enteramente distinta. ¿Sabéis lo que es darse cuenta? Percibe uno las dimensiones de esta sala, se da cuenta de su fealdad o desproporción; se da cuenta de la personas, de los colores que llevan; se percibe lo que está pasando en el exterior. Pero *no* se da uno cuenta si dice: «No me gusta ese color, esa persona», porque entonces uno ha detenido el movimiento de la percepción. Tiene que darse cuenta de este lugar, de los colores, etcétera, sin ninguna elección. Entonces estáis aprendiendo mucho más, vuestra mente es mucho más activa.

Desde el darse cuenta exterior, la mente, encaramada como si dijéramos en esa ola, empieza a darse cuenta interiormente. Observaos, observad el movimiento de vuestro propio pensamiento, ved cómo está condicionado, ved su naturaleza, su sutileza, su trasfondo. Si os concentráis sobre ello no podéis

observar; si tomáis un segmento del total y tratáis de aprender sobre ese segmento particular, estaréis en estado de concentración. Mas si, percibiendo en lo exterior sin elección, la mente empieza a avanzar en lo interior, entonces de ese darse cuenta sin elección viene en forma natural la atención.

Mirad, cuando estáis atento a algo, como tal vez lo estáis ahora hacia lo que se está diciendo, atendéis con todo vuestro ser, ¿no? Os dais plena cuenta, estáis del todo atento con vuestro cuerpo, nervios, ojos, oídos, emociones, intelecto. En ese estado de atención no hay entidad que esté atenta: sólo hay atención. No estoy hablando en griego ni diciendo alguna cosa fantástica. Es muy sencillo si efectivamente lo hacéis. Cuando hay concentración, que es un proceso de exclusión, hay resistencia y, por ello, contradicción. Mas, cuando hay atención, no habrá contradicción, porque una mente atenta puede concentrarse sin exclusión. Esta atención no es un estado que haya de desarrollarse a través del tiempo; pues, como señalaba el otro día, el tiempo engendra desorden.

No sé si queréis que penetre más en ello. Ya lo hemos hecho bastante, ¿no?

Si retraso la acción, si digo que cambiaré mañana, entre ahora y mañana se estará realizando toda especie de presión, influencia, toda clase de movimiento. Por lo tanto, el tiempo no produce orden. Es sólo en lo inmediato donde puede haber orden, y no a través del tiempo. Tan sólo puede haber orden

cuando uno comprende toda la estructura y la naturaleza del tiempo.

Tenéis, pues, que comprender la naturaleza externa de la vida, estar en comunión con ella, y luego pasar de lo externo, a lo interno, a la psiquis, a ese haz de recuerdos que sois vos, con todos vuestros condicionamientos, tradiciones, esperanzas, temores, desesperaciones, anhelos, y no es cuestión de tiempo el darse cuenta de todo eso, el estar atento a todo eso, y por lo tanto disolverlo y librarse de ello. Cuando uno lo hace, la mente misma se agudiza mucho, se aclara, se sutiliza, porque no hay contradicción, no hay esfuerzo para ser o para llegar a ser. Contradicción implica esfuerzo. Una mente que haga esfuerzo para ser esto o aquello se hallará en un estado de confusión; y, sea el que fuere el esfuerzo que haga para aclararse y darse hondura, no producirá más que un mayor embotamiento, un mayor cúmulo de confusión.

Este proceso total es meditación.

Para los más de nosotros, la belleza es un estímulo, una reacción. Dependemos de un estímulo que nos haga sentir la belleza o verla. Decimos: «¡Qué encantadora puesta de sol!», o «¡Qué bello edificio!» Pero existe una belleza que no es estímulo en absoluto, que no es resultado de un estimulante, y esa belleza no puede existir sin gran sencillez. La sencillez no es cuestión de lo mucho o lo poco que uno tenga, sino que sobreviene cuando existe la claridad del auto-conocerse, del aprender sobre uno mis-

mo; y esta sencillez es la naturaleza de la humildad, que es austeridad.

Todo esto es necesario para llegar más allá de las limitaciones de la mente. Mas ¿quien es la entidad que va más allá? Como dije, cuando uno se da cuenta, cuando atiende intensamente, entonces no hay entidad alguna. Hacedlo alguna vez (espero lo estéis haciendo ahora), y veréis. Si estáis plenamente atento a lo que se está diciendo, sólo existe el hecho de oír la palabra, no un «vos» que está escuchándola. Cuando la mente está atenta en lo interior y ha llegado a este estado de plena atención por la comprensión exterior de la naturaleza de la palabra, no hay entonces una entidad que diga: «Seguiré adelante.» Ya sabéis, cuando estáis muy atento hay mucho silencio en vuestro interior, ¿no es así? Cuando, en efecto, escucháis con todo vuestro ser lo que se está diciendo —no aceptando, traduciendo, negando ni tratando de comprender, sino estando simplemente atento— entonces vuestra mente se encuentra extraordinariamente callada, ¿no es así? Existe entonces un silencio que no es artificial, que no ha sido construido por la voluntad, por la fuerza. Ese silencio llega cuando se ha comprendido toda la estructura del «yo»; y donde haya silencio habrá espacio. La mente que está en silencio, que tiene espacio, una mente así es la única que conoce la belleza que no es un estímulo.

Todo este proceso es meditación.

Tal vez queráis hacer preguntas, y podemos hablar juntos sobre lo que se ha dicho, si os interesa.

Pregunta: ¿Es posible ir más allá de sí mismo sin sufrimiento?

KRISHNAMURTI: Bueno, descubramos lo que es sufrimiento. ¿Qué es el sufrimiento? ¿Qué es la pena? Hay ciertas cosas que producen dolor moral: la muerte de alguien que queréis bien, el no poder realizar, el no tener una mente buena, fuerte, sana; el no ser amado. Hay muchas formas, muchos síntomas de sufrimiento, pero cuando miráis todos los síntomas, ¿qué descubrís sobre el sufrimiento? En realidad, ¿qué *es* éste? Pierdo alguien a quien quiero: mi hijo, esposa, padre, y estoy en la pena. ¿Qué implica esto? Ante todo, en esa pena, hay mucha lástima de mí mismo, porque he perdido a alguien de quien dependía, alguien a quien amaba, y ahora me encuentro sin compañero, me he quedado solo. De modo que uno de los factores de la pena es la lástima de sí mismo. Por favor, no lo neguéis.

Pregunta: No me refiero al sufrimiento causado por el «yo»; me refiero al que viene cuando cesa el «yo».

KRISHNAMURTI: ¡Oh, perdón! Volveré un poco después sobre lo que hablábamos. Cuando me veo como soy, dice el señor, ello engendra pena, ¿es ésa la pregunta que hacéis, señor?

El que pregunta: No, señor.

KRISHNAMURTI: Lo siento, señor. No comprendo. La dificultad aquí es cuestión de comunicación. En realidad no comprendo lo que tratáis de decirme. Decís, señor, ¿no es así? —lo expongo con mucha brevedad—, que cuando veo en realidad lo que soy, ello aporta sufrimiento. Pero ¿por qué ha de traer sufrimiento? Supongamos que soy mentiroso y que me veo como soy; ¿por qué ha de traer ello pena? Es un hecho. Mas yo tengo una imagen de mí mismo, creo que soy un hombre muy honrado y, por lo tanto, la imagen está en contradicción con el hecho. Esta contradicción trae conflicto, que yo llamo dolor. Pero el ver el hecho, *lo que es,* nunca puede traer sufrimiento. Cuando la imagen que tengo de mí mismo está en contradicción con *lo que es,* sólo entonces es cuando empieza el conflicto, al cual llamo sufrimiento.

Pregunta: Yo sólo quería preguntaros si es posible tener autoconocimiento sin esta clase de sufrimiento.

KRISHNAMURTI: Desde luego que sí. Si hay cualquier clase de sufrimiento, no habrá auto-conocimiento. Si existe cualquier especie de pena cuando empieza la auto-indagación, es decir, si ésta última produce sufrimiento, ya no será auto-indagación.

Pregunta: Cuando un espectador que está presenciando una representación teatral se halla por completo absorto en la obra, ¿es ése el estado de atención total?

KRISHNAMURTI: Estáis presenciando una representación, y la obra es tan interesante que estáis absorto por completo, no existís por el momento, porque la obra os ha absorbido con todas vuestras preocupaciones, ansiedades, temores. Pero ¿cuál es la diferencia entre vuestra absorción y la de un niño que esté absorto en un juguete divertido? Puede ser que el niño haya sido travieso, revoltoso, manifestando toda clase de agitaciones, pero dad a ese niño un juguete que sea muy interesante y quedará por entero absorbido por él. El juguete es tan interesante que el niño se olvida del todo de su actividad agitada. ¿Cuál es la diferencia entre ambos casos? Una obra teatral, un libro, una ceremonia religiosa, una idea, una creencia, una obra musical, un cuadro, o lo que queráis, os absorbe, y os olvidáis de vos mismo. Lo que se ha vuelto importante es, pues, el cuadro, el juguete, y no la comprensión de vos mismo. Puede ser que durante una hora estéis absorto en la obra teatral, pero cuando volvéis a vuestra casa ya tenéis otra vez vuestro viejo «yo». De modo que si uno está absorbido por algo, por la propaganda, por las exigencias nacionalistas, o si se identifica uno con alguna cosa, lo cual es otra forma de absorción, en ese estado no se aprende; por lo tanto, no

hay libertad, y por consiguiente no hay virtud. Una mente absorta en un juguete, por muy gracioso y bello que sea, por muy importante que se le suponga, es evidente que estará escapando de sí misma. Una mente así siempre está en desorden, y sus acciones producirán más desorden, más confusión en el mundo.

Pregunta: ¿No trae sufrimiento el saber que la vida es impermanente?

KRISHNAMURTI: Así es, señor. Pero es un hecho que la vida es impermanente, ¿no? Vuestras relaciones lo son, como lo son también vuestros pensamientos, auto realizaciones, impulsos de ambición y logros, porque existe la muerte. Y ¿por qué ha de sufrir uno por causa de la impermanencia? El hecho real es que hay impermanencia. Ello es así. Mas no queréis aceptar ese hecho. Decís: «Tiene que haber algo que sea permanente.» Tenéis una representación de lo que es la permanencia, y, por lo tanto, cuando os encaráis con la impermanencia hay un sentimiento de desesperanza. Ponéis a lo lejos la muerte, que es la esencia de lo impermanente. Hay, pues, un intervalo, una laguna entre vos y eso que llamáis muerte. Aquí estáis, viviendo cada día, siguiendo adelante con vuestra rutina, vuestras preocupaciones, frustraciones, ambiciones, y allá, a lo lejos, está la muerte; y pensáis sobre eso. Habéis visto la muerte y sa-

béis que también vos moriréis un día, y pensáis sobre ello. Es el pensamiento del futuro, como impermanente, lo que engendra miedo. Os ruego escuchéis esto. Pero si traéis la muerte —que habéis puesto en el futuro— al presente, mientras estáis activo, vital, fuerte, no atacado por enfermedad, entonces estáis viviendo con la muerte, estáis muriendo a cada minuto para todo lo que conocéis. Al fin y al cabo, sólo lo que termina puede tener nuevo principio. Mirad la primavera; cuando viene tras el largo invierno, hay nuevas hojas, hay algo fresco, tierno, joven, inocente; pero a nosotros nos da miedo terminar. Y terminar, al fin y al cabo, es la muerte. Tomad simplemente una cosa, algo que os cause gran placer o gran pena; tomad un recuerdo que tengáis de alguien, un recuerdo que os cause pena o placer, y terminad con él, morid para él, no mañana, sino de modo instantáneo. Cuando hagáis eso, hallaréis que está sucediendo una cosa nueva, que está llegando a la existencia un nuevo estado de mente. Hay, pues, creación sólo cuando ha cesado lo viejo.

27 de mayo, 1965

V

La palabra nunca es la cosa que representa; la palabra no es la acción, pero la mayor parte de nosotros vivimos en palabras, en imágenes, en símbolos, y por lo tanto, la acción no produce energía; y por la contradicción dentro de nosotros mismos, disipamos la energía que tenemos. Rara vez comprendemos que ésta o la pasión de la energía viene por la acción; que la acción es energía. No es que primero deba uno tenerla para actuar, sino que cuando uno comprende que la palabra no es la cosa, no es el acto, y empieza por consiguiente a comprender la estructura, el sentido, el significado de la palabra, entonces es cuando hay acción. Y es esta acción la que produce la apasionada, sostenida energía que no tiene nada que ver con el entusiasmo. No podemos tener la acción que produce energía mientras haya contradicción dentro de nosotros mismos; y los más de nosotros, de modo consciente o inconsciente, tenemos en efecto muchas formas de autocontradicción, de algunas de las cuales nos damos cuenta, mientras que otras no las percibimos. Toda nuestra vida está presa de este estado de contradicción, y por eso no hay acción clara, directa, que es la única que puede traer energía. Y ésta es necesaria, no sólo la física, sino también una energía sos-

tenida, apasionada, que capacita a la mente para llevar a cabo por completo cualquier acción. Me parece, pues, muy importante comprender la naturaleza de esta contradicción; contradicción entre la palabra y el acto, entre las intenciones y los empeños conscientes por una parte, y por la otra, los apremios inconscientes, las exigencias ocultas, los secretos deseos y empeños. Esta contradicción en diversas formas existe en todas nuestras actividades, en todos los deseos y empeños de la existencia humana.

Creo que los más de nosotros nos damos cuenta de esta contradicción en nuestro interior, si somos siquiera conscientes de nuestras propias actividades, de nuestros propios pensamientos y estado de existencia. Trata uno, pues, de producir una integración dentro de sí mismo; y creo que tal acto de intentada integración es pura tontería. No podéis integrar los opuestos; no es posible que integréis el amor y el odio. U odiáis, o amáis; no puede haber combinación de ambas cosas, no hay integración de los opuestos. Creo, pues, que debemos ver muy claro, al menos esta mañana, que el intento de producir integración dentro de uno mismo no tiene sentido alguno. Lo que tiene sentido es comprender la contradicción, y, por consiguiente, librarse de ella.

Para librarse de la contradicción tiene uno primero que darse cuenta de ella; y tal vez algunos de nosotros no la percibimos. Nos limitamos a seguir

adelante. Y ¿qué pasa *cuando percibimos* esta extraordinaria contradicción que existe no sólo en nuestra vida externa, sino también en lo hondo de nuestro interior? No le encontramos solución, no nos libramos de ella, de modo que acudimos a lo que llamamos Dios, a todo el edificio de creencia, dogma, rito y autoridad que generalmente lleva el nombre de religión; o tomamos la vida como viene y no le damos significado alguno, que es lo que tratan de hacer muchos modernos escritores. Han negado todo el edificio de la iglesia, de la religión organizada, cosa que tiene que hacer todo hombre inteligente, porque no tiene sentido alguno; pero luego se ven forzados a encararse con sus propias contradicciones, sus propios odios, esperanzas, frustraciones, su completa indefensión, y así dicen: «Esta vida no tiene sentido. Aprovechémonos lo mejor posible de ella», e inventan una filosofía de la desesperanza. Hay, pues, estos dos extremos, que están en contradicción mutua.

Bueno, yo creo que es posible desarraigar por entero toda posible contradicción, mas no mediante un acto de voluntad, porque ésta última también engendra contradicción en sí misma. La voluntad es en esencia contradicción. Creo que uno tiene que comprender muy hondamente este hecho, porque se nos educa para ejercer toda clase de voluntad; se nos enseña a sobreponernos, a negar, a afirmar, a determinar, y si uno observa la naturaleza de la voluntad, ve que ésta es en sí misma una forma de

resistencia, y por lo tanto, es de manera inherente, un estado de contradicción.

Así, pues, viviendo en este mundo, continuando la propia tarea, con la propia familia, pasando por todo lo relacionado con la vida moderna, ¿es siquiera posible vivir sin contradicción alguna, a cualquier nivel del propio ser, exteriormente o dentro de nuestra piel? ¿Es posible no tener contradicción alguna y por lo tanto, actuar de tal modo que la acción misma sea energía? Si uno se observa, verá que cuanto más activo sea en lo material tanta mayor energía tendrá. No es al revés; no es que tengáis que tener energía para actuar: al contrario, cuanto más actuéis, tanta más energía existirá en lo biológico, como en lo psicológico. La acción misma es energía. No se trata de acción y luego energía, ni de energía y luego acción. No es primero la idea y luego la acción. La idea nunca da esta sostenida energía, aunque pueda dar estímulo, un momentáneo entusiasmo. Es la acción la que produce la energía de la cual deriva ulterior acción.

Para comprender la contradicción de nuestra vida tiene uno que penetrar en ella muy hondamente, y ahí está nuestra dificultad. Queremos que se nos diga lo que hay que hacer; queremos ajustarnos a un patrón o seguir a alguien, esperando por ello sublimar, negar o reprimir toda forma de contradicción, todo lo cual es muy superficial. Así que, para seguir con este asunto de la contradicción, tiene uno que penetrar mucho más profundamente. Ya sabéis,

la hondura no es comparable con la superficie; ésta es una cosa, pero la hondura es otra. Los más de nosotros vivimos en la superficie y por lo tanto, cuando tratamos de avanzar hacia lo interno nos limitamos a hacer los movimientos; hay una actividad que llamamos entrar en lo interno, y eso, en sí mismo, engendra contradicción. Espero que me estaré expresando con claridad.

Cuando utilizo la palabra «ahondar», no me refiero a ir de lo externo a lo interno. Si hacéis eso, habrá entonces una contradicción inmediata entre lo exterior y lo interior. Ahondar es comprender la contradicción. Y es necesaria esta comprensión, si es que hemos de lograr paz, no sólo dentro de nosotros mismos, sino en la sociedad de que formamos parte. Debemos tener paz, no guerra y paz. La paz ahora no es más que un intervalo entre dos guerras. Para comprender este extraordinario estado de contradicción, que es muy complejo y muy sutil, no podemos simplemente tratarlo en lo externo, ni tratar de remendar los síntomas, sino que tiene uno que llegar a su raíz misma.

La raíz de la contradicción es la división entre el pensador y el pensamiento. Para los más de nosotros hay una ancha laguna entre el observador y lo observado, entre el pensador y el pensamiento, entre el centro que experimenta y la cosa que es experimentada; y este intervalo, laguna o espacio de tiempo es la verdadera fuente de la contradicción.

Espero que no os limitéis a escuchar las palabras

—cosa que no es un acto de escuchar— sino que utilicéis las palabras del que habla para descubrir vos mismo esta ancha laguna entre la idea y la acción, este estado real de división entre el pensador y el pensamiento, en que el pensador trata de someter a control, dominar, cambiar o reprimir el pensamiento, trata de ser pacífico. Mientras haya un pensador, un censor de lo bueno y lo malo, tiene que haber esta constante división que el pensador crea y que, evidentemente, alimenta la contradicción. Éste es un hecho que tenéis que descubrir vos mismo, y no aceptarlo simplemente porque alguna otra persona os diga que es así; y el acto mismo del descubrimiento es el principio de esa energía con la cual podéis abordar el problema radical de la contradicción. Hay una enorme diferencia entre que le digan a uno qué es eso de tener hambre y el hambre efectiva que conocéis vos mismo. De modo semejante, si os limitáis a aceptar esta división entre el pensador y el pensamiento, porque se os dice que existe, entonces no tendrá vitalidad reveladora. Mas si descubrís personalmente la división, si la veis como un hecho real, entonces esa misma percepción del hecho trae la energía necesaria para tratar esa contradicción.

Espero que ello esté bastante claro hasta ahora.

Mirad: cuando hay gran contradicción en la mente, se produce cierta tensión. Cuanto mayor sean la tensión y vuestra capacidad para expresaros —como escritor, como artista, como político— tanto mayor

desdicha creáis, no sólo para vos mismo, sino también para el público. No sé si habéis observado este hecho. Como se halla uno en un estado de contradicción, si uno tiene capacidad para escribir o para pintar, o si uno es, por desgracia, un político, entonces creará mayor desdicha para el hombre, y también para sí mismo.

Tiene uno, pues, que comprender la enorme hondura y el significado de la contradicción, y por ello quedar libre por completo de ella, porque de lo contrario no hay amor. Lo único que conocemos del amor es un estado de contradicción, con sus celos, odio, antagonismo. El amor no es el placer sensual que llamamos amor, ni es este que llamamos así y que va con el odio, la envidia, la ambición. Es evidente que un hombre ambicioso nunca puede saber lo que es el amor. Carece de sentido el que un hombre ambicioso, un hombre que sea competidor, hable de paz. Sólo hay paz cuando vuestra mente no es competitiva, cuando no compara y, por lo tanto, no hay contradicción en vuestro interior. Así, pues, para producir una distinta estructura de la sociedad, una existencia social diferente, tiene uno que comprender de manera inevitable la naturaleza y el sentido de esta contradicción dentro de uno mismo.

Casi todos nosotros tratamos de auto-realizarnos, ya sea por la pintura o escribiendo, haciendo esto o aquello, o por medio de la familia, lo cual es también un indicio de contradicción. Entonces diréis: «¿No tiene que expresarse el hombre? ¿No

está en su naturaleza el hacerlo?» Pero seguramente que estamos poniendo la carreta delante del caballo, ¿no? ¿Por qué esta extraordinaria insistencia en la expresión? Podéis expresaros o no, pero, si *insistís* en expresaros objetivamente —en la pintura, en escribir un poema o un libro, en un gesto o en lo que queráis— entonces esa insistencia misma indica contradicción.

De modo que, como señalaba, la raíz de la contradicción es esta división entre el pensador y su pensamiento; y los dos no pueden integrarse. Mas, si observáis la estructura del pensador, veréis que éste no existe cuando no hay pensamiento. Es éste último el que engendra al pensador, al experimentador, la entidad que crea el tiempo y que es una fuente de temor.

Entre nosotros, abundan muchas formas de temor. Os ruego que miréis vuestros propios temores mientras hablamos sobre ello; en lo hondo del interior, ved vuestros propios miedos secretos. Es evidente que existe el miedo último a la muerte; al temer la muerte, tratamos de escapar de ella por la crencia, por ideas tales como la resurrección, la reencarnación, etc., etc. O racionalizáis la muerte o tenéis una creencia; y tanto la racionalización como la creencia son una manera de eludir la muerte, una evasión de ella, y eso crea contradicción.

Consideramos la muerte como algo que es opuesto al vivir, mas, para comprender la muerte, tenemos que comprender la vida, lo que implica que te-

nemos que examinar nuestra vida y descubrir qué es. ¿Qué es nuestra vida, no teórica o hipotéticamente, no como *debería ser*, sino lo que es en realidad? Es una serie de recuerdos, un haz de experiencias acumuladas, de desdicha y pena, de gozo y desesperanza; es la angustia y anhelo del sentimiento de soledad, la agitación de lo bueno y lo malo, de la salud y de la enfermedad. Eso es lo que llamamos nuestra vida, y eso es lo único que conocemos. Nuestra vida es interminable conflicto, interminable desdicha y confusión. No exagero. Éste es el hecho real, y no sabemos cómo resolverlo, cómo comprenderlo; no sabemos cómo trascender esta desdicha, cómo terminar con la pena; y así escapamos por la religión o por la afirmación de que la vida no tiene sentido alguno, que no tiene ninguna significación y que, por tanto, debemos vivir para el día de hoy.

Hay, pues, que comprender la vida de manera total, para librarse de toda desgracia. Y es posible hacerlo. Entonces, el vivir no es distinto del morir. No hay entonces esta laguna, este amplio intervalo de tiempo creado por el pensador, en el cual este último siempre está engendrando miedo. Comprender lo que es el vivir es morir cada día, sin discusión, para toda vuestra desdicha, para todos vuestros problemas y placeres. Esto es lo que os va a pasar cuando muráis físicamente. Morís sin discusión, no podéis discutir con la muerte. Del mismo modo, tiene uno que morir para la pena, mas nunca morimos para ella, porque no sabemos lo que es el

gozo real, ni tenemos la capacidad o la comprensión para dar fin al sufrimiento, y preferimos estar en el dolor, con toda su lástima de uno mismo, commiseración, etc., más bien que entrar en algo que desconocemos.

Os ruego observéis vos mismo este hecho. No trato de imponeros nada a vos, al que escucha. Ni asentimos ni disentimos. Nos limitamos a observar los hechos, *lo que existe* en realidad; y esa misma observación de *lo que es* trae la energía, que es acción.

De modo que tiene uno que comprender la naturaleza de la autocontradicción, y sólo puede uno comprenderla cuando observa toda la estructura del pensador, con sus pensamientos, sus esperanzas, con sus desesperanzas: el pensador que está creando una constante contradicción entre sí mismo, como censor, y la cosa que observa en sí propio. Por lo tanto, observar *lo que es* requiere gran seriedad, no una ligereza de observación. Sólo la persona seria es la que está viviendo; la persona superficial no vive realmente. Puede tener riqueza, propiedades, posición, pero no sabe nada de la vida, sólo conoce su superficie. Para comprender todo este edificio de uno mismo, tiene que llegar a él, no con una determinación de cambiar, no con un esfuerzo para ser distinto, sino meramente con una buena disposición para observar *lo que es*. Entonces no hay contradicción, porque el observador ya no está actuando como censor, como uno que condena, que niega, que dice

lo que está bien y lo que está mal, lo que es bueno y lo que es malo. Esto no significa que viváis una vida superficialísima; al contrario, para llegar al punto en que no hay censor, tenéis que comprender todo vuestro condicionamiento. No se trata de una mera cuestión de aserción. Para comprenderlo tenéis que laborar en ello. Entonces veréis que la mente se convierte en mera observadora; una mente así ya no se halla en estado de contradicción, y, por consiguiente, tiene enorme energía. Esa energía es amor, pasión, no pasión física, que es bastante fácil, común, que es el anhelo vehemente que todo el mundo conoce. Aquello de que hablo es la pasión que no tiene causa, ni, por tanto, contradicción, motivo, ni, por consiguiente, fin. Donde haya amor habrá también muerte; no pueden ambas cosas separarse, porque el amor no tiene ambición.

Por favor, estoy declarando estas cosas, pero sólo tendrán valor para vos, sentido real, si esta contradicción termina de manera total.

Para que exista la creación, tienen que existir el amor y la muerte. ¿Sabéis lo que es creación? No la expresión de capacidad. Eso es muy fácil de comprender. Podéis expresaros como escritor, como poeta, artista, pero eso no es creación. La creación es algo enteramente distinto. Mirad: la creación sólo puede producirse cuando hay energía que nunca haya sido contaminada por la voluntad, que no sea resultado del esfuerzo, esa energía que la acción misma trae. Ahora toda nuestra actividad es más

o menos egocéntrica, se centra sobre nosotros mismos en relación con diversas cosas. Y esta actividad auto-centrada, que es la actividad del pensador, crea de modo invariable contradicciones. Como se halla en un estado de contradicción, la mente reclama alguna forma de expresión: tengo que escapar, tengo que escribir, tengo que hacer esto o aquello. El hombre que se halla en estado de autocontradicción, que es un hombre de actividad egocéntrica y que por casualidad sea pintor, artista, músico, puede llamar creación a lo que hace, pero no lo es. La creación tiene que ser, y es, del todo distinta.

Pues bien, como he dicho, la mente que no esté tocada por la contradicción y que haya comprendido toda la estructura de ésta, la consciente tanto como la inconsciente, está en completo silencio; porque todo movimiento es una disipación de energía. Sólo cuando la mente está en completa calma, con enorme energía, es cuando hay una explosión; y esta explosión es creación, que puede expresarse o no. Una mente que tenga miedo, ambición, codicia, envidia, celos, que compita, una mente así nunca puede tener esta energía que es producida por la acción sin motivo; ni puede nunca saber lo que es el amor, evidentemente. Donde haya amor habrá un constante morir para todos los recuerdos de la experiencia cotidiana, y, por tanto, amor y muerte van siempre juntos. El amor es siempre fresco, nuevo, joven, inocente, no contaminado por lo pasado, porque muere para el pasado de cada día. El amor y la

muerte existen en esta enorme energía cuando ésta última se halla en completa calma; entonces hay creación, o llamadla por el nombre que queráis, el nombre tiene muy escasa importancia. Si no se produce esta transformación en cada ser humano —que es parte de la sociedad, que es la sociedad misma— no podrá haber una nueva sociedad.

Pregunta: ¿No tardará tiempo el ser humano individual en llegar a esta transformación?

KRISHNAMURTI: No, no es cuestión de tiempo. Mediante el tiempo no llegaréis nunca a nada. El tiempo sólo creará desorden.

Pregunta: ¿Qué entendéis por autoconocimiento?

KRISHNAMURTI: Creo que lo he aclarado bastante, señor, pero voy a explicarlo una vez más.

Siempre hemos usado el tiempo como instrumento de realización: soy esto y llegaré a ser aquello. Hay un intervalo entre *lo que es* y lo que *debería ser*. Decimos que se tarda tiempo en alcanzar *lo que debería ser;* necesita uno muchos días, muchos años o muchas encarnaciones, como creen en Oriente. Utilizamos, pues, el tiempo como medio de lograr «lo que quiero ser». «Lo que quiero ser» es una proyección de lo que soy; o es lo opuesto de lo que soy, una contradicción de *lo que existe.* Así es que entre *lo que es* y *lo que debería ser* hay un intervalo

de tiempo, y durante ese intervalo entran en juego otros muchos factores. *Lo que debería ser* no es una cosa estática, porque durante todo el tiempo están actuando otros factores. Toda clase de influencias, presiones, cambios, se están produciendo en el intervalo, y, por lo tanto, *lo que debería* ser siempre se está alterando; y *lo que es* también está sufriendo un enorme cambio. No es, pues, nada importante *lo que debería ser;* el ideal, el fin, el propósito, el logro esperado carece de sentido, porque es ficticio, no tiene realidad, no es más que una idea. Lo que tiene realidad es *lo que es.* Soy desgraciado, estoy sufriendo, estoy confuso, ese es el único factor de importancia, y, para comprender *lo que es,* el tiempo no ayudará. El tiempo no es más que una evitación, una postergación, una evasión hacia lo no real. Para comprender *lo que es,* no tiene que haber hipótesis, nada de mirar el futuro. Mas, como veis, eso significa que tenemos que aplicarnos al problema, a *lo que es,* de modo inmediato, con todo nuestro ser, y eso es algo que no queremos hacer. Decimos: «Lo haré mañana.» Estamos asustados, nos sentimos desdichados, infelices, celosos, mas no decimos: «Quiero terminar de modo inmediato con los celos.» Queremos descubrir la manera de terminar con ello andando el tiempo, y por lo tanto el tiempo llega a ser un medio de escape de *lo que es.* Mas el tiempo nunca cambiará lo que es, y, por lo tanto, el tiempo trae desorden, no orden. Esto es muy sencillo.

Comprender todo esto es conocerse a sí mismo.

Conocerse a sí mismo no es algo extraordinario, es la percepción de lo que está sucediendo en realidad. Soy desdichado, siento ansiedad, frustración, desesperación. ¿No sabéis todas estas cosas? ¿Qué ocurre, pues? Utilizo el mañana, *lo que debería ser,* como medio de escape de *lo que es,* o miro al pasado. No me siento sano hoy, estoy enfermo, pero he estado sano en el pasado, de modo que, en el recuerdo, se me va la mente hacia el estado que llamo salud, diciendo: «Quisiera poder estar sano de nuevo.» Hay, por lo tanto, tensión, hay un esfuerzo, hay la presión de las pasadas memorias, mientras que si no traigo nada de los recuerdos del pasado, sino que veo el hecho real de que estoy enfermo, y no dejo que el pensamiento —con sus recuerdos de lo bueno que era el estar sano— se interfiera en el organismo, entonces como lógica consecuencia, este último hace intervenir sus propios poderes curativos.

También el comprender todo esto forma parte del auto-conocerse. *Es conocerse a sí mismo.* No es un conocimiento autoimpuesto, sino que comprendéis vos mismo este proceso de pensamiento, de pensar toda la estructura de vuestro propio ser. Y no es cuestión de tiempo el conocerse a sí mismo. Yo no digo: «Voy a comprenderme a mí mismo poco a poco, día tras día; el auto-conocerse vendrá gradualmente.» Nunca viene gradualmente. Tenéis que ver por completo el ego, el «yo», con todas sus luchas; y sólo puede verse por completo ahora, no

mañana. Para verlo por completo, debéis aplicar a ello toda vuestra energía.

Pregunta: ¿Cuál es la relación entre acción y meditación?

KRISHNAMURTI: ¿Qué es la acción para la mayoría de nosotros? La acción se basa en una idea, en valores comparativos. Decimos: «Yo debería hacer esto», de modo que la única acción que conocemos es una contradicción entre la idea y el acto. Hasta aquí ello está claro, ¿no? No quiero entrar en detalle, no tenemos tiempo, pero eso es lo que en realidad está ocurriendo. Tengo una idea, traída por la experiencia, por el pensamiento, por el conocimiento o la información, por el miedo y las evasiones, y aproximo mi acción a esa idea. Esa es la única acción que conocemos; pero la acción sin idea, la acción que no crea contradicción ni es resultado de ésta, el comprender la naturaleza de semejante acción forma parte de la meditación.

No sé hasta qué punto estaréis familiarizado con la palabra «meditación». En Oriente es una palabra muy familiar, y siendo familiar, es también muy tradicional. La meditación es allí una cosa que uno puede practicar. Disciplináis, sometéis a control, moldeáis vuestro pensamiento con arreglo a un modelo. Hay una serie de reglas para ello: la forma de sentarse uno, de respirar, de moverse. Hay diversos sistemas de meditación, y si seguís este o aquel siste-

ma, dicen que lograréis resultados. ¡Claro que los conseguiréis! Esto es bastante evidente, ¿no? Si hago algo, una y otra y otra vez, día tras día, un mes y otro mes, tengo que lograr un resultado; mas éste será una proyección de una mente que es mezquina, pequeña, estúpida. La mente se ajusta a un patrón, por lo cual no hay libertad, y esa meditación no tiene nada de meditación, no es sino ajuste a un patrón, por el que esperáis alcanzar paz, Dios, o cualquier cosa tras de la cual vayáis. Una mente pequeña, mezquina, burguesa, frustrada, puede sentarse a «meditar»; puede practicar la disciplina, el control, y moldear su actividad con arreglo a un modelo; pero siempre seguirá siendo mezquina, y su «Dios» será igualmente mezquino. Una vez que veis vos mismo la verdad de esto, rechazáis toda esa actitud con respecto a la meditación, y, en la misma acción de rechazarla, quedáis libre de esta vieja idea de que tenéis que ajustaros a lo que ha sido establecido. Siendo libre, enormemente libre, ya no hay para vos contradicción alguna en la acción; no hay ajuste a una idea ni al modelo que ha sido establecido por la tradición, por los dichos y los hábitos de innumerables personas. Cuando estáis libre de todo esto, porque lo comprendéis, entonces empezáis a meditar; y la meditación es una de las cosas más maravillosas si sabéis cómo hacerla. Mejor dicho, no «cómo hacerla», sino, si la *hacéis*.

La meditación requiere comprensión total del «yo» y, por lo tanto, liberación de la estructura psi-

cológica de la sociedad. Esto significa que ya no tenéis ambición, codicia, envidia, que no tratáis de lograr, de llegar a ser, y por ello no hay esfuerzo; por consiguiente, la mente está en completa calma, no está *calmada* por la disciplina, el control, la respiración y todas las demás de esas tontas estratagemas, ni por las drogas. Entonces la mente se vuelve extraordinariamente activa y callada. Para ser activa y tener quietud, la mente ha de estar en silencio, ha de estar llena de energía, y, sin embargo, vacía.

Pero decía que los más de nosotros queremos experiencia. Desde luego, y por eso la gente trata de meditar. Han tenido todas las habituales experiencias físicas, intelectuales y emotivas, y quieren más, de manera que toman drogas; hay varias a la venta, para daros un estímulo y permitiros tener ciertas experiencias inusitadas. Ahora bien, tiene uno que comprender la naturaleza de la experiencia. Si no tuviérais ninguna experiencia en absoluto, os dormiríais. Si no se ejerciera presión alguna sobre vos y no os empujara la sociedad de un lado para otro, o los libros, o toda forma de influencia, os dormiríais inmediatamente, porque lo que queréis es estar a salvo, tener consuelo, seguridad. Habiendo tenido todas las clases corrientes de experiencia, estáis harto, aburrido de ellas, y, como sois bastante sensible y sutil, queréis ahora una más amplia y honda, pero sigue siendo el mismo movimiento.

Pues bien, cuando comprendéis toda la naturale-

za de la experiencia, ya no vais en pos de los estímulos exteriores que os dan experiencias. Habiendo rechazado todo eso, tenéis entonces un estímulo interior que crea su propia experiencia. Por eso, en lo que llamamos meditación, muchas personas ven visiones, y les gusta verlas, y experimentar todas las demás cosas pueriles que son el resultado de su propio condicionamiento. Cuando habéis comprendido todo esto, sólo entonces es cuando la mente está en calma, callada. En ese silencio, no se experimenta nada, porque una mente así está viva, clara, es luz para sí misma; como está del todo despierta, está más allá de toda experiencia; y todo esto es meditación.

30 de mayo, 1965

I

PLATICAS EN SAANEN

Como va a haber aquí varias pláticas, creo que sería bueno empezar con la comprensión de lo que es la comunicación. Me parece muy importante ver la naturaleza y la estructura de la comunicación verbal. Tenemos que usar palabras, pero, desgraciadamente, cada palabra es interpretada por vosotros, así como por el que habla, con arreglo a cierta referencia o a un recuerdo, a un incidente, o a una experiencia; siempre estamos utilizando palabras y traduciéndolas según nuestros placeres, gustos y disgustos, y así, la comunicación se vuelve extraordinariamente difícil. Si no entramos en comunión o comunicación uno con otro, entonces no tiene objeto alguno el reunirnos o congregarnos para una plática como ésta. Me parece, pues, que es vitalmente importante comprendernos uno al otro.

La comunicación no es unilateral. No es que os limitéis a escuchar al que habla y tratéis de comprender aquello de que está hablando, sino que la

comunicación es más bien un proceso recíproco: tenéis que comunicar con el que habla y éste tiene que comunicar con vos. La comunicación sólo puede existir cuando ambos intentamos comunicar y estamos tanto *con* nuestra intención, que somos capaces de intensidad real, al mismo tiempo y al mismo nivel. De lo contrario, la comunicación no es posible. Si no miramos ambos en la misma dirección, vos y yo no podemos ver la misma cosa. Tenemos, pues, que estar muy seguros de estar mirando juntos en la misma dirección, y entonces es comunicable aquello de que hablamos. De lo contrario, se vuelve sumamente difícil comunicar lo que uno quiere transmitir. Así que, desde el principio mismo, debemos ver muy claro en qué dirección estamos mirando, y si ambos miramos en la misma dirección. Podéis estar mirando hacia el sur y yo hacia el norte, y entonces no es posible la comunicación.

Para comunicar uno con otro tenemos que descubrir qué es lo que estamos buscando, en busca de qué andamos ambos, si es que estamos mirando, buscando. La vida tiene tantos problemas, tanto individuales como colectivos, conscientes como inconscientes, tantas torturas, tal desesperanza, ansiedad —el conflicto en la familia, la incertidumbre de un empleo, el incesante esfuerzo para ajustarse a una particular relación— y podéis estar buscando una salida de ello. O bien, estando atormentado, en desesperación, inseguro, busca uno certeza, una es-

peranza, algo que dé consuelo. Tal vez eso es lo que estamos haciendo los más de nosotros; tal vez es eso lo que estáis haciendo, y el que habla puede no estar haciendo nada de eso en absoluto; podéis estar buscando algo, y el que habla puede estar diciendo: «No busquéis nada.» Si buscáis y el que habla está diciendo: «No busquéis», es evidente que no hay comunicación. Tenéis, pues, que comprender lo que está diciendo el que habla, y éste tiene que comprender lo que estáis tratando de hacer. Y eso es lo que vamos a hacer ambos esta mañana.

¿Cómo vais a descubrir lo que quiere transmitir el que habla cuando dice: «No busquéis en absoluto»? El que habla dice: «No indaguéis, no andéis mirando, no acudáis a ningún maestro, a ningún grupo, a ninguna organización, a ningún sistema determinado de pensamiento; no vayáis a ningún analista, no busquéis ayuda alguna del exterior»; y tendréis que comprender lo que quiere decir con eso, por qué lo dice. ¿Es irracional, no razonable, estúpido? ¿No tiene sentido? Lo descubriréis cuando vos y el que habla hayáis establecido una relación, es decir, cuando ambos miremos en la misma dirección, porque entonces la comunicación se vuelve extraordinariamente sencilla, fácil y vital.

Otra dificultad en la comunicación está en que no escuchamos. Es posible escuchar ese avión que vuelve, sin ninguna resistencia, sin ninguna molestia o irritación; podéis escucharlo simplemente, mas es difícil escuchar así, y en especial a alguien que

esté diciendo algo totalmente opuesto a lo que pensáis o a lo que queréis oír. Escuchar sin juzgar, sin valorar, sin aceptar ni negar, sino sencillamente escuchar: ésa es una de las cosas más difíciles de hacer; porque ¿cómo puede uno escuchar cuando está atormentado, cuando está preso en la red de las incertidumbres, cuando uno está irritado, furioso consigo mismo, con la sociedad, con el ambiente en que vive? Es pues sumamente difícil escuchar calladamente; y me parece que sólo puede uno aprender realmente en forma honda, profunda, cuando escucha en efecto calladamente, sin ninguna demanda, sin hacer ninguna pregunta ni esperar respuesta; cuando simplemente escucha.

Tenemos pues que hacer varias cosas juntos. Aunque hace calor en la tienda, tenemos que trabajar juntos de firme, esta mañana, no en forma casual, sino de modo serio y con pleno designio, pero muy pocas personas son serias. Lo es uno sobre los propios problemas personales limitados, mas esa seriedad es una cosa muy trivial. Hay una seriedad honda que no es personal, particular, sino que surge cuando tenéis cierto problema y ansiedad. Esta cualidad de seriedad profunda es la que hace falta para descubrir, para comunicar, no la seriedad superficial de una mente que dice: «Tengo que ocuparme de mi problema y resolverlo», o «Tengo que hallar la verdad; tengo que hacer esto y aquello», cosa que me parece muy trivial cuando está implicada una enorme cuestión.

Así, pues, esta mañana, y todas las mañanas que nos reunamos aquí, vamos a colaborar. No es sólo el que habla quien va a trabajar, sino vosotros también, porque, como dije, la comunicación es un proceso en los dos sentidos. El que habla no os está transmitiendo algo, ni vosotros estáis tratando de comprender al que habla, sino que estamos tratando juntos de comprender el extraordinario problema del vivir como un ser humano total, presos como estamos de una determinada sociedad, de un particular ambiente, atrapados en organizaciones religiosas, prendidos en la vida familiar con todos sus problemas, sus celos, temores, aceptaciones, dominaciones; una vida que parece indicar que no hay sentido alguno en la existencia, una vida que se ha convertido en rutina, hábito. Prendidos en todo eso, tratamos de resolver nuestros problemas dentro de las limitaciones de nuestros propios pensamientos, de nuestro condicionamiento. Pero tiene uno que abordar todo este problema como un movimiento de la vida, y al comprender el problema total, acaso podamos entonces resolver nuestros propios pequeños problemas particulares. Es decir, tiene uno que comprender lo total más bien que lo particular. La comprensión de esto último no llevará a la comprensión de lo total. Después de todo, nuestra vida está partida en varios fragmentos: hay el fragmento de los nacionalistas, el de una mente que está buscando paz fuera de la sociedad, fuera de la familia; el fragmento que va a la iglesia, que sigue

una particular doctrina o filosofía, el fragmento que cree, que tiene enorme esperanza en alguna cosa mística, fantástica, etc.; y abordamos lo total a través del fragmento. Miramos el todo desde la periferia, y el que habla dice que no es posible comprender nunca esta totalidad del vivir que incluye todos los fragmentos, partiendo de un punto de vista fragmentario o periférico.

De modo que, preso en el fragmento de un problema particular, de una determinada cuestión, de una particular tortura, desesperanza, como lo estamos los más de nosotros, ¿cómo va uno a mirar el total, la totalidad de la vida? Sólo mirando el conjunto es como realmente podéis comprender lo particular y quedar libres de ello. Pero el limitarse a comprenderlo y luego tratar de captar el todo a través de eso particular carece por completo de sentido y nunca puede hacerse. Cuando miráis con claridad esas admirables montañas, los árboles, el río, la extraordinaria luz de un anochecer, la luna sobre la nieve, como podía verse anoche, lo veis todo como un conjunto; y si no lo veis como una totalidad, realmente no lo veis en absoluto. Si os limitáis a concentraros sobre un pino determinado, entonces perdéis la belleza de toda la escena: la extraordinaria vitalidad de las montañas, de la luna, del bosque, del río.

Así, pues, para una mente presa en la pared de un problema determinado, de un individuo particular, resulta sumamento difícil ver el todo. Y ¿cómo es

posible —estoy usando la palabra «cómo», no para ofrecer un método, sino meramente como una pregunta—, cómo es posible que un fragmento, es decir, una mente cautiva de una cuestión determinada, vea el todo y, por consiguiente, actúe, no partiendo de lo particular, sino como una totalidad?

Espero que estaré aclarando la cuestión. Lo que quiero decir es: Tenéis que ver todo el mapa de la vida: *su totalidad*, los absurdos, las trapacerías, la brutalidad, las guerras espantosas, la llamada paz, la incertidumbre, el miedo a la muerte, las creencias, los dioses, los salvadores; tenéis que ver todo eso, no desde el punto de vista particular de un cristiano, de un hindú, de un budista Zen o Dios sabe qué otra cosa, pero tenéis que ver la totalidad de ello; y, si veis el todo, entonces creo que podréis responder a lo particular. Debéis ver todo el cuadro, mas no de modo puramente intelectual, verbal, no como una idea o un concepto; no podéis tener un concepto de esas montañas; o miráis y veis o no veis. No podéis tener idea de la belleza, de la luz de la luna sobre la nieve. Si tenéis un concepto de ello, no lo veis, no estáis directamente en comunicación con esa luz, con esa belleza. Del mismo modo, tenéis que ver todo el cuadro de la vida, y al ver todo el cuadro, podréis entonces responder a lo particular, a las cuestiones, los problemas, tormentos, desdichas personales, y todo lo demás.

De eso es de lo que voy a hablar esta mañana.

Una mente que sea muy personal, que se inte-

rese en sí misma, que esté cautiva de sus problemas, sus torturas, creencias, vanidades, desesperaciones, experiencias, mezquindades, una mente así no es posible que vea el todo. Y si no veis la totalidad, no podréis responder a vuestros problemas particulares. Podéis creer que sí, pero no haréis más que causar más desdicha, más confusión, tortura. Creo que esto es bastante evidente: que si no veis la totalidad de la existencia, hagáis lo que hagáis no habrá salida para vuestra confusión.

Tomad, por ejemplo, un nacionalista. Es una entidad estúpida, porque trata de resolver sus problemas en un estrecho campo llamado nacionalismo. Es como el hombre que está preso en un sistema particular de filosofía o religión y que trata de encontrar la verdad mediante ese sistema, lo cual es imposible. Puede ser que se vuelva muy listo, astuto o filosófico dentro del espacio limitado de su propio intelecto; mas, para quedar libre de la confusión y la desdicha, tiene que comprender el conjunto de la vida, de manera no verbal, no conceptuosa, ni ideativa.

¿Es, pues, posible ver la vida por entero, no mediante análisis ni por conceptos intelectuales, ni partiendo intelectualmente el todo en varias partes y luego juntándolas unas con otras, sino poder ver de una vez la vida por entero? ¿Es posible tal cosa? Ahora bien, para comprender su posibilidad, tiene uno que trascender los diversos estados en que la mente dice: «Comprendo, veo.» Es decir, sólo po-

déis ver la totalidad de algo de manera no intelectual, no consciente. Por ejemplo, cuando hacéis un esfuerzo para escuchar, perdéis la mitad de lo que se está diciendo, pero si escucháis inconscientemente, como si dijéramos, estáis recibiendo mucho más que por medio de la escucha consciente o calculada. ¿Es que estoy transmitiendo algo siquiera?

Si conscientemente hago un esfuerzo para escuchar lo que estáis diciendo, la mayor parte de mi energía ha pasado a ese esfuerzo consciente y concentrado; mas si os estoy escuchando muy casualmente, es decir, de modo atento pero natural o fácil, entonces lo que estáis diciendo penetra mucho más en lo consciente, y echa raíz. No sé si habéis experimentado con esto; tenéis que haberlo hecho.

Estábamos tratando de descubrir si es posible ver la totalidad de la vista sin quedar presos en lo particular; porque sólo cuando comprendemos la totalidad, todo el cuadro de la vida, es cuando pueden resolverse las cuestiones y los problemas particulares. Si eso es verdadero, efectivo, como creo que lo es, entonces la cuestión es: ¿cómo va la mente a ver la totalidad de la existencia?

La mente consciente nunca puede ver la totalidad. Esta mente es la individual, mientras que la inconsciente nunca es individual. La mente inconsciente es la raza, es la experiencia colectiva del hombre. En lo exterior, las diversas razas pueden tener distinto color, y podéis vivir en América, en Rusia o en la India, pero en esencia lo inconsciente es

igual por todas partes; por lo tanto, en lo inconsciente no hay individualidad; está moldeado y limitado por la tendencia racial o colectiva, la vasta herencia oculta del hombre, y, por lo tanto, no es una entidad individual, separada.

Por favor, esto requiere mucho pensar, penetrar; así, pues, no lo aceptéis ni neguéis, sino más bien investigadlo.

Si miramos la totalidad de la vida a través de la mente consciente, ¿qué pasa? Escuchad, por ejemplo, ese aeroplano; sí, escuchadlo. Si lo hacéis de manera consciente, entonces estáis limitado, irritado por él. Mas, si lo escucháis con todo vuestro ser, entonces hallaréis que sucede algo enteramente distinto.

Ahora bien, la mente consciente es la educada, la moderna, la adiestrada técnicamente.

Os ruego escuchéis esto; sin asentir ni disentir, sino simplemente escuchar. ¡Cielos! ¡Alguien está ya meneando la cabeza! Si decís en seguida que no puede ser, o que es o no es así, entonces está claro que no escucháis. Lo que se está diciendo puede ser del todo falso, mas para descubrirlo tenéis que escuchar sin decir: «Lo siento, pero no estoy conforme», cosa que es muy tonta. Para descubrir la verdad del asunto tenéis que escuchar, y, para escuchar, no podéis tener una opinión, no podéis tener un concepto, y en eso es donde va a estar nuestra dificultad desde ahora. Si tenéis un concepto de la mente consciente como siendo esto o aquello, o

de la inconsciente como siendo alguna otra cosa, entonces ese concepto os está guiando, moldeando el pensamiento, y, por lo tanto, no escucháis. Por eso decís: «Bueno, estoy conforme con eso de que habláis», o «No estoy conforme»; mas no es cuestión de conformidad o disconformidad. Estamos tratando de descubrir lo que es el hecho real, y cuando se encuentra uno con que algo es un hecho, entonces no hay cuestión de conformidad. Lo que se está diciendo es así, o no lo es; pero empezar de modo inmediato a decir «No estoy conforme», bueno, eso es demasiado pueril.

Como veis, estamos tratando de mirar la totalidad de la vida; y la vida es inmensa, no está simplemente en las capas superficiales de nuestra diaria existencia. La vida es algo inmenso, extraordinariamente sutil, flúido, móvil, no tiene posición estática; y no es posible comprender la totalidad de este extraordinario movimiento de la vida por medio de la mente consciente con todas sus creencias, conceptos, idiosincrasias, con su fragmentaria perspectiva, porque ésta no os da una percepción total. Eso es lo único que estoy diciendo.

Pues bien, si comprendéis que carece de todo valor el que la mente consciente haga un esfuerzo para mirar todo el cuadro de la vida, entonces dejáis de mirar en esa forma. Eso significa que ya no tenéis conceptos, creencias; simplemente estáis mirando. No miráis a través de un concepto, de una filosofía, de un sistema de pensamiento, de una es-

peranza particular. Mas esto, desde luego, es cosa vuestra. Y si uno no mira a través de la mente consciente, entonces, ¿cómo está mirando? Entonces tiene uno lo inconsciente; pero éste sigue siendo el depósito del pasado, ¿no? Puede que ya no sea «mi» depósito, «mi» almacén, pero sigue siendo el almacén humano. Esa experiencia colectiva del hombre a través de millones de años yo la puedo interpretar ahora de modo distinto, y esta interpretación puede darme placer o pena; pero, mientras yo esté cargado de este contenido colectivo de lo inconsciente, es evidente que no puedo ver la totalidad.

¿Estoy aclarando alguna cosa: que no podéis ver la totalidad de la vida, todo su cuadro de modo consciente o inconsciente? ¿Comprendéis lo que estoy diciendo? Es decir, para mirar la totalidad de la vida, todo su inmenso cuadro maravilloso, es necesario que no haya plataforma desde la cual miréis, ningún trasfondo de creencia, experiencia o conocimiento, consciente o inconsciente.

Como sabéis, los más de nosotros no nos damos cuenta de cómo miramos a alguien. ¿Cómo mirais en general a una persona que está sentada junto a vos? O no os gusta, porque es acalorada, fastidiosa, gorda, fea, maloliente, o bien os gusta. Miráis con aversión o con gusto, y vuestra aversión o placer os impiden mirar. O bien sois del todo inconsciente de estar sentado cerca de una persona, por estar tan absorto en vuestras ideas. Seguramente que sólo podéis mirar a una persona que está sentada junto

a vos o enfrente cuando no hay simpatía ni antipatía. El placer o el aborrecimiento pueden ser conscientes o inconscientes; pueden ser positivos o negativos, o bien un sentimiento del que no os dais cuenta; pero en realidad, para mirar a alguien, es evidente que tiene uno que estar libre de todo eso. Sólo entonces sois capaz de mirar.

El mirar no es, pues, consciente ni inconsciente. Si hacéis un esfuerzo para mirar a una persona, ello se vuelve consciente, y entonces decís: «No me gusta, pero tengo que tratarlo como hermano mío.» ¡Qué desatinado es eso! Hacéis un esfuerzo positivo basado en una conclusión, un concepto, y por lo tanto no tenéis relación alguna con esa persona, excepto como idea. Y, si inconscientemente os apartáis de él porque sois intelectualmente superior o más refinado en lo emotivo y Dios sabe qué más, entonces tampoco tenéis relación alguna con esa persona. De modo que el mirar, el escuchar, es un acto que está más allá de lo consciente lo mismo que de lo inconsciente; y cuando la mente es capaz de mirar así, entonces cesa la barrera para la percepción total; y desde eso podéis actuar sobre vuestro particular problema.

Espero que ambos estemos comunicando uno con otro, lo que significa que estáis haciendo realmente eso y que no os limitáis a escuchar, oír, comprender de modo verbal, y luego tratar de ponerlo en acción. Sólo existe la acción, que es el acto de escuchar.

De modo que nuestros problemas personales, como seres humanos, no pueden resolverse de manera total si uno no comprende la inmensidad, el cuadro completo de la vida; y sólo puede uno ver la totalidad, la inmensidad de la vida cuando percibe la futilidad de todas las creencias, los dogmas, las experiencias, las filosofías.

Pregunta: Al escuchar por completo al que habla, uno se convierte en él.

KRISHNAMURTI: El que habla no es importante. Lo importante es que uno comprenda esta inmensidad de vida. Si habéis escuchado bien todo lo que él ha dicho esta mañana, si lo habéis escuchado en realidad, habéis visto la totalidad y, partiendo de ahí, actuaréis. Por eso he señalado cuán importante es comunicar. Creo que están haciendo un gran estudio de la comunicación, porque para comunicar hace falta cordura. Si no sabemos cómo comunicar uno con otro, si no sé comunicar con vos ni vos sabéis cómo comunicar conmigo o con vuestro marido, vuestra esposa o hijo, entonces vivimos en un mundo de confusión creciente, lo cual conduce a mayor desdicha. Así, pues, la comunicación se vuelve de extraordinaria importancia, aun sobre la más diminuta cosita, como la de saber dónde está la sal. Si no me dais instrucciones precisas sobre dónde está la sal, andaré errante buscándola, mientras que si me decís con exactitud y claridad dónde está, entonces el asunto está terminado.

Es, pues, muy importante poder comunicar uno con otro con claridad, porque ésa es la base de la cordura. Puede tardarse en ello, puede ser que tengamos que usar palabras distintas; podemos tener que negar una cosa y afirmar otra, y luego negar lo que se ha afirmado. Tenemos que seguir avanzando juntos, porque la comunicación no es una cosa estática, es un movimiento, y nosotros dos tenemos que ser capaces de movernos con ella. Por eso no hay en ningún momento acuerdo ni desacuerdo, y esa es la belleza de escuchar.

Pregunta: ¿No tiene que haber atención para ver la totalidad de la vida?

KRISHNAMURTI: Cuando veis algo, ¿qué es lo que en realidad sucede? Hay el observador y la cosa observada, ¿no? Veis al que habla sentado aquí, lo que significa que hay un «vos» que mira, que ve; sois, pues, el observador, y el que habla es la cosa observada. En lo que llamamos ver hay esta división entre el que ve y la cosa vista. Pero ¿*es* eso ver? Cuando miro un árbol, existe el árbol y el «yo» que lo está mirando: somos dos hechos separados. Al mirar a ese árbol, soy el observador, con todos mis recuerdos, desgracias, con todas las cosas humanas, y ese árbol es la cosa observada. Ciertamente que eso no es ver en realidad el árbol, aunque sea un hecho visual. Para ver de veras el árbol, en el sentido en que yo hablo, el observador tiene que terminar.

¿Qué es la comunión? Cuando vos y vuestro marido o esposa o un amigo estáis en comunión, ¿hay dos entidades separadas? Cuando amáis a alguien, si es que amáis, ¿existe esa persona y existís vos? Si es así, deja de ser amor. Mientras yo sea consciente de estar mirando a ese árbol, no lo estaré mirando, aunque me identifique con él y crea que soy ese árbol, cosa que es demasiado tonta.

Requiere, pues, enorme atención, comprensión de sí mismo, de la totalidad de la vida, el mirar algo: un árbol, una montaña o una persona. Entonces la comunicación es posible.

Si se me permite sugerir algo —y os ruego no lo hagáis sólo por haberlo yo sugerido—, mirad un árbol esta tarde; no llevéis una novela ni una radio, para sentaros luego bajo el árbol, sino id solo, estad en quietud con él, simplemente estad sentado y observad sin pensamiento, sin ansiedad, sin miedo, sin sentimiento de soledad. Y, si observáis, veréis cuán trastornado estáis, qué agitado, qué «refinamiento de ciudad» tiene vuestra mente. Mas, si podéis dejar todo eso a un lado y sentaros calladamente, no en forma soñadora, no en un estado de éxtasis embelesado sobre algún desatino, sino simplemente mirando, entonces veréis vos mismo que no existen el observador ni la cosa observada, y sólo entonces es cuando hay belleza. Ésta no es subjetiva ni objetiva, no es cosa hecha por el hombre ni por la naturaleza. La belleza sólo existe cuando la men-

te está en completa quietud, ni personal ni impersonal; y de ese silencio viene una inmensidad.

11 de julio, 1965

II

¿Continuaremos con aquello de que hablábamos el otro día? Decía yo que los problemas individuales no tienen sentido en sí mismos, excepto en relación con el proceso total de la vida; y sólo cuando comprendemos toda la estructura y sentido, todo el cuadro de la vida, es cuando tienen significado y pueden resolverse los problemas individuales. Eso es lo que estuve diciendo el otro día cuando nos reunimos aquí.

Es una de las cosas más arduas y difíciles percibir el cuadro total de la vida. Ésta es un continuo movimiento en relación, y tan sólo cuando entendemos esa relación como un todo —no en fragmentos, sino como una totalidad— es cuando podremos acaso resolver nuestros problemas individuales. Al decir problemas me refiero a las dificultades que surgen en la vida de uno: la falta de comprensión, las innumerables dudas y cuestiones, el desequilibrio, la pugna constante por ajustarse a un patrón de creencia, o a una experiencia, o a una determinada norma social. Todas estas luchas crean problemas, dificultades, ¿no? Sólo conocemos la vida como una serie

de dificultades emotivas, psicológicas, efectivas, y nunca somos capaces de resolverlas del todo. Si nos damos siquiera cuenta de nosotros mismos, sabemos que, por el contrario, preferiríamos escapar de ellas. Nunca podemos contemplar nuestras dificultades con una penetración de visión clara; nunca somos capaces de examinar de modo total el patrón de nuestra existencia. Cuando se agudizan nuestros innumerables problemas ocultos y hay una crisis, los percibimos efectivamente; pero aun entonces no sabemos cómo resolverlos; parece que no tenemos la intensidad, la claridad ni el conocimiento para ello.

Por eso, de lo que voy a hablar esta mañana, si se me permite, es si hay alguna posibilidad de librarse de tales problemas en nuestra vida cotidiana. Cuando la mente está presa de cualquiera de ellos, sea uno consciente o no, afecta en realidad a la claridad del pensamiento, a la propia actividad cotidiana. Me parece, pues, muy importante comprender estos problemas y quedar libre de ellos, en vez de eludirlos o de tratar de hallar una respuesta concreta. Primero tiene uno que percibirlos, tiene que saber en qué consisten sus problemas, y aun eso requiere cierta atención, un estado de percepción. Para resolver los propios, tiene uno que saber cuáles son. No es bueno acudir a un analista, a un confesor, a esta o aquella persona, cosas todas que indican una evasión del hecho, de los problemas reales de uno mismo.

Así que, según penetramos en ello, espero estéis escuchando lo que se diga, no como una simple afirmación objetiva, verbal, sino para percibir vuestros propios problemas.

¿Sabéis lo que llamo problema? Es algo que no habéis comprendido, algo que os roe el corazón y la mente, algún tormento que se repite una y otra vez, y del cual os da miedo. Tenéis un sueño que se repite noche tras noche, un sueño que influye sobre vuestras actividades durante el día y del que tratáis de escapar, o para el cual buscáis respuesta, interpretación. O bien teméis la muerte, la pobreza, el no ser amado, teméis la relación. O bajo el impulso de la ambición, la vanidad, hay el sentimiento de que nunca os realizáis. Tiene uno muchísimos problemas, de algunos de los cuales no es consciente o sabedor, y uno no conoce siquiera los límites de tales problemas. Y tiene que comprender, seguramente, que una mente acosada de ellos —por muy pequeños, mezquinos, o por muy intensos, vitales, significativos que sean— no puede llegar lejos. Sean los que fueren los problemas, inevitablemente influyen sobre nuestro pensamiento, nuestra actividad, moldean nuestra vida; y, si uno no está extraordinariamente libre de ellos, no puede llegar muy lejos.

Nuestros problemas se refieren al vivir cotidiano: actividad diaria, sexo, amor, el empleo, el miedo de no ser amado, el sentimiento de soledad, de plena desesperanza, el fastidio de una vida que no tiene sentido alguno. Desde luego que uno tiene que

percibir todo esto, porque estas cosas influyen en efecto en el curso de nuestra acción. No nos es posible eludirlas, y no podemos tener problemas mundanos, diarios, y tratar sin embargo de hallar una honda vida interna, espiritual, o como queráis llamarla. La vida mundana y la llamada vida interna no son dos estratos separados, están íntimamente relacionadas una con otra. Sin comprender y librarse de los diarios problemas de la vida, por mezquinos, pequeños, tiránicos, feos que sean, sin esta libertad, carece de todo sentido vuestra busca de una vida espiritual interna.

Podéis ver lo racional de esto. Es lógico. No es mi simple afirmación, que podéis aceptar o negar, sino que es así. Si nuestra mente no está libre de preocupación sobre dinero, sobre si se la ama o no, sobre si uno logrará renombre mundial o no, con todas las tentaciones acompañantes, la fealdad y la brutalidad, y si uno no comprende todos los problemas superficiales del vivir diario, su mente será del todo incapaz de penetrar a fondo en algo que reclama completa energía, algo que no hay que buscarlo, que carece de causa, de motivo.

Tiene uno, pues, que darse cuenta de sus diarios problemas, de sus actividades cotidianas. Y espero que los vayáis percibiendo conmigo, porque si no lo hacéis, no podemos avanzar mucho esta mañana, o aun durante las pláticas. Quisiera penetrar muy a fondo, pero no podéis hacerlo cuando vuestros problemas os están asfixiando, cegando. Si lo hacéis,

es una mera evasión, ir en busca verbal de algún mito carente de toda realidad.

De modo que, si uno percibe estos problemas, ¿qué va a hacer? Ante todo, ¿qué entendemos por percepción, por darnos cuenta de nuestros problemas? Os ruego consideréis el vuestro propio particular, que os atormenta. Cuando decís: «Sé que tengo un problema», ¿qué queréis decir con eso? Queréis decir que tenéis una dificultad, una pena o un placer que teméis no continúe, ¿verdad? Al eludir esa pena, o al buscar la continuidad de ese placer, decís: «Me doy cuenta de mi problema.» Bueno, ¿qué entendemos por darnos cuenta de él? Os dais cuenta de él como os la dais de este micrófono. ¿Es algo que está fuera de vos y a lo que estáis mirando, o lo percibís sin ningún espacio entre vos y lo que observáis, sin la división en forma del observador y lo observado? Si sois el observador, entonces estáis tratando de hacer algo sobre la cosa que observáis, queréis modificarlo, queréis provocar una situación en la cual eso no os cause más pena, u os dé una continuidad del placer.

Mucho depende, pues, de cómo miráis vuestro problema, cómo lo percibís, cómo lo conocéis. Soléis conocerlo como un extraño que lo mira desde fuera, lo que significa que lo que miráis es distinto de la imagen que tenéis de vos mismo. Cada uno de nosotros tiene una imagen de sí propio, en general una imagen bastante agradable, y desde esa imagen miramos la cosa que nos causa pena o placer.

Os ruego hagáis esto mientras hablo, porque entonces se volverá muy interesante si avanzamos más en ello después, como espero lo hagamos esta mañana.

Tenéis pues una imagen de vos como sois o como deberíais o tendríais que ser, y desde esa imagen miráis aquello que llamáis un problema. De modo que existen la imagen y el problema; y entonces tratáis de acercar éste a aquélla, o bien interpretáis el problema según el modelo que la imagen ha establecido. ¿No es así? Con una imagen particular de vos mismo, miráis el problema, que no sois vos; hay pues una división, contradicción entre el problema y lo que creéis ser, o lo que pensáis que deberíais ser; hay un conflicto constante entre lo que representa vuestra imagen y el problema que la contradice.

¿Puedo seguir adelante? ¿Está claro hasta aquí?

Bueno, el problema nunca puede resolverse mientras exista la imagen: la de lo que deberíais ser, o la imagen que la mente ha creado de sí misma por el conocimiento, por la historia, por la tradición familiar, por toda clase de experiencia. Percibís, no la imagen, sino el problema. Por el contrario, lo que tratamos de hacer aquí no es resolver el problema, sino comprender la estructura de la imagen; porque, si no tenéis imagen de vos mismo, entonces podéis acometer el problema.

En general tiene uno sobre sí mismo una imagen como extraordinario ser humano, o como hombre que ha fracasado, que es desgraciado, que tiene que

realizar, que es vano, ambicioso; ya sabéis la imagen que la mayoría de las personas tienen de sí mismas. Creen que son Dios, o no Dios, que son meramente el ambiente, que son esto o aquello. Tienen una docena de imágenes de sí mismas, o una imagen predominante. Mas, si yo tengo una imagen de mí mismo, entonces esa imagen estará en contradicción con los hechos reales de la existencia diaria, y no puedo mirar los hechos diarios más que por los ojos de esa imagen. Por ello, es la imagen y no el hecho mismo lo que crea el problema.

Escuchad lo que estoy diciendo; no lo neguéis, no lo aceptéis, no lo recibáis, sino limitaos a mirarlo.

Así, pues, ¿por qué formo una imagen de mí mismo? Veo que mientras tenga un concepto, una imagen, una conclusión sobre mí mismo, existirán los problemas. No me ocupo, pues, ya del problema, de la dificultad; me intereso ahora en comprender por qué tengo estas imágenes, estos conceptos, estas conclusiones sobre mí mismo. En Oriente la gente tiene la idea de ser Dios, tiene innumerables conceptos; y aquí en Occidente tenéis también vuestros conceptos, imágenes. Id al mundo comunista, y veréis que allí tienen también sus imágenes. Pero ¿por qué formamos tales imágenes o conceptos?

Mirad, yo formulo la pregunta. Tratad de descubrir. Hacemos una pregunta fundamental, no superficial. Los más de nosotros nunca nos hacemos una

pregunta fundamental; pero es fundamental la cuestión que ahora nos planteamos.

¿Por qué yo, que he vivido cuarenta, cincuenta, sesenta o el número de años que haya uno vivido, por qué he acopiado todo este depósito de lo que pienso, lo que siento, lo que soy, lo que debería ser, esta acumulación de experiencia, de conocimiento? Y si no lo hubiera hecho, ¿qué pasaría? ¿Comprendéis? Si yo no tuviera concepto sobre mí mismo, ¿qué me pasaría? Estaría perdido, ¿no? Estaría en incertidumbre, terriblemente asustado de la vida. Construyo, pues, una imagen, un mito, un concepto, una conclusión sobre mí mismo, porque, sin este armazón, la vida llegaría a ser para mí totalmente sin sentido, incierta, temerosa. No habría seguridad. Puedo estar seguro exteriormente, puedo tener un empleo, una casa y todo lo demás, pero en lo interior también quiero estar seguro por completo; y el deseo de estar seguro es el que me fuerza a crear esta imagen de mí mismo, que es verbal. ¿Comprendéis? Carece de toda realidad, no es sino un concepto, un recuerdo, una idea, una conclusión.

Bien, veo que eso es un hecho. Es decir, me doy cuenta de él. Os ruego que sigáis conmigo, que hagamos esto juntos. Sé por qué he formado una imagen de mí mismo, por esfuerzo consciente o bien de modo inconsciente, por las innumerables influencias de la sociedad, de la religión organizada, de los libros. Sé todo eso. La he formado y veo por qué.

La sociedad lo reclama; y también, prescindiendo de la sociedad, quiero estar seguro por completo de mí mismo. La sociedad me ayuda, y yo me ayudo a ser esa imagen, esa idea, esa conclusión, y me doy cuenta de todo este proceso.

Pero quiero saber lo que entendemos por darnos cuenta de algo. Percibís que tenéis hambre, nadie tiene que decíroslo; no es una experiencia de segunda mano. No es algo que hayáis aprendido de un libro. Ningún maestro os ha enseñado que tenéis hambre; no ha intervenido ninguna filosofía, ningún método, nada. Tenéis dentro una reacción que llamáis hambre: es una experiencia directa. Y ¿os dais cuenta de la estructura, del sentido y la naturaleza de esta imagen, como os dais cuenta del hambre que sentís? ¿Comprendéis lo que quiero decir? ¿Es algo que habéis comprendido, descubierto vos mismo y que nadie tiene que deciros porque es vuestra propia percepción, y no mi descripción de ello que hayáis aceptado? Ya sabéis, cuando os duele una muela o sentís cualquier otro dolor, éste es vuestro. Del mismo modo, si percibís esa imagen como algo que habéis descubierto vos mismo, entonces nadie puede quitárosla, disiparla o aumentarla. Es así. Pueden describirla, pueden añadir más detalle, mas para vos el hecho está ahí. ¿Podemos, pues, seguir adelante?

Pues bien, ¿qué pasa cuando me doy cuenta del hecho de que he creado una imagen de mí mismo, cuando lo percibo como percibo el hambre? Como

sabéis, estamos muy acostumbrados a realizar esfuerzo. Desde la infancia se nos anima a esforzarnos, luchar, porque debemos ser mejores que algún otro, hacerlo mejor que nuestro tío, ya sabéis, todo lo demás de esa tontería. Rendimos culto al éxito, y por eso nos esforzamos. Mas aquí no hace falta esfuerzo alguno, porque no hay nada en qué esforzarse. ¿Seguís esto? Me limito, pues, a observar el hecho de que tengo una imagen de mí mismo. Todo esfuerzo para cambiar, para fomentar o disipar esa imagen es para ajustarme a otra que tengo de mí mismo. ¿Está eso claro? Si me esfuerzo en disipar o destruir la actual imagen, ese esfuerzo proviene de otra más que he creado sobre mí mismo y que dice que no debe existir la actual.

¿Os estoy hipnotizando a todos, o es que en realidad estamos haciendo esto?

Como dije al principio, tiene que haber libertad, no sólo liberación de algunas tontas ansiedades pequeñas, y de todo eso, sino liberación completa. Y la libertad no es una reacción. Reacción es meramente una rebeldía dentro de la cárcel, no es libertad. Nunca puede ser libre una mente que esté impedida por los problemas. Ya sea el de la muerte, el de vuestros sueños, sea el que fuere, mientras exista no habrá libertad. El problema no tiene importancia alguna, mas lo que es importante es la imagen que tenéis de vos mismo. Si no tenéis imagen alguna, si la mente está libre por completo de todas, entonces podéis

abordar cualquier cuestión que surja, y no habrá ningún problema. ¿Me seguís?

La mente percibe, pues, que ha creado una imagen de sí misma y que el tratar de disipar, o de resolver, o de hacer cualquier cosa sobre ella proviene de otra imagen más, que está mucho más profunda y que dice: «No debo crear una imagen.» Todo esfuerzo para modificar la actual es el resultado de otra más honda, una conclusión más profunda. Veo que eso es un hecho, y por lo tanto la mente no realiza esfuerzo alguno para disipar la imagen. ¿Seguis esto? La mente percibe, pues, la imagen sin ningún deseo, esfuerzo, modificación; se limita a darse cuenta de ella, a mirarla. Miro este micrófono y no puedo hacer nada sobre él. Está ahí, ha sido compuesto. De la misma manera, la mente mira la imagen, la conclusión que tiene sobre sí misma, sin ninguna forma de esfuerzo; y ésa es verdadera atención. En esa observación descubriréis que hay enorme disciplina, no la disciplina tonta de la conformidad. Como no hay esfuerzo para modificarla, la mente misma es esa imagen. No existen la mente y la imagen, sino que la mente es la imagen. Cualquier movimiento por parte de la mente para identificarse con esa imagen o destruirla, es la creación o el impulso de otra. Por eso la mente se da plena cuenta de que ella misma es la creadora de la imagen.

Si en realidad veis este hecho, entonces la imagen pierde del todo su significación. Entonces la mente puede hacer frente a cualquier cuestión, a

cualquier crisis que surja, sin una previa conclusión de la imagen partiendo de la cual trate de responder. La mente está ya limpia de todas las imágenes, y por ello no tiene posición estática, ninguna plataforma desde la cual observe, ninguna creencia, dogma, experiencia como conocimiento desde el cual aborde la cuestión. Así es que la mente ya puede estar por completo con cualquier cuestión que surja y no tratarla como problema. Los problemas sólo existen cuando hay una contradicción. Mas aquí no la hay. Yo no tengo imagen, centro, conclusiones desde las cuales mire; por eso no hay contradicción y por lo tanto no hay problema.

Como dije al principio, la vida es un movimiento en la relación, no sólo con personas, sino relación con todo: con la naturaleza, con el dinero, con las ideas. La vida es un movimiento, y cuando os movéis con la vida, ésta carece de problemas. Sólo cuando existe una posición estática desde la cual tratéis de comprender es cuando la vida se convierte en problema. La vida mundana es la única que tenéis que comprender, no la vida espiritual. Cuando ya no os impulsa la ambición, la codicia, la envidia, cuando ya no buscáis fama y cuando todas las cosas que constituyen lo que llamamos la vida mundana están por completo en orden —y *tienen que* estar en orden— entonces hay un movimiento por completo diferente, que la mente no puede de antemano imaginar, en el que no puede creer, ni llegar a ninguna conclusión sobre él. Sólo existe el movi-

miento de la vida, pero nosotros lo hemos dividido en movimiento mundano y movimiento espiritual, la vida externa y la interna. Hemos convertido la interna en algo que está aparte. Como estamos cansados de esta vida mundana, con su fealdad, su brutalidad —ya sabéis lo que está sucediendo— tratamos de escapar de ella, tratamos de establecer dentro de nosotros mismos una vida espiritual, cosa que es tan boba. No podéis establecer vos mismo una vida espiritual sin tener antes orden completo; y el orden significa libertad. Hallaréis entonces que existe una clase de vida del todo distinta, no creada por la mente, una vida que no tiene causa, ni fin, ni principio; es un movimiento. Pero, hagáis lo que hagáis: sentaros en cualquier postura, haced todos los engaños que os gusten, no es posible que lleguéis a ese movimiento o lo comprendáis si no hay orden completo, lo que significa estar libre de la diaria y exterior pugna, pena, dolor, doctrina, ambición.

Pregunta: Hay muchos problemas: sociales, económicos, nacionales, de los cuales no soy responsable.

KRISHNAMURTI: Hay inanición en Asia; hay desgracia, pobreza, enfermedad, cosas terribles de las que aquí nada sabéis. Pero ¿quién es responsable de ello? Ya sabéis, por la automatización, por la perfección de la máquina calculadora, por la cibernética, etc., la ciencia es ya capaz de librar al hom-

bre de la fatiga de ciertas clases de trabajo. La ciencia puede dar alimento, ropa y albergue a todo el mundo; mas ¿por qué no se hace? No os mostréis conforme conmigo, ¡por Dios! Simplemente, mirad. Es porque somos nacionalistas. La gloria de Francia, el modo de vivir de los norteamericanos, el nacionalismo indio, el africano, el imperialismo de los comunistas lo mismo que el de los capitalistas: todas estas cosas están separando al hombre en lo económico. Y en lo religioso, el hombre se separa por sus creencias. Aquí en Occidente creéis en el catolicismo, o en un Salvador determinado, y en Asia entera no creen nada de eso. Tienen sus propias creencias. El hombre está dividido pues por el nacionalismo, por lo racial, por las presiones económicas, por la llamada religión. Y nosotros somos todos responsables de ello, ¿no? Sois nacionalistas, os enorgullecéis mucho de ser inglés, de vuestra tradición como francés, o Dios sabe qué otra cosa. Esto es lo que está separando a la gente, ¿no es así? De modo que sólo dejaremos de ser responsables de la desdicha del mundo cuando vos y yo estemos libres del nacionalismo, del racismo, cuando haya orden dentro de nosotros mismos.

Para decirlo de modo distinto, somos seres humanos, no individuos. La individualidad es una idea anticuada, tonta. Somos seres humanos, cargados de todos los problemas de todo otro ser humano, ya esté en Asia, Europa o América. Mas si, como ser humano, comprendo toda la estructura de mi socie-

dad, de mi manera de vivir, con sus problemas y todo lo demás, entonces estoy libre de esa imagen. Por lo tanto, se produce orden, y entonces ya no soy responsable de la desdicha del mundo. Soy la sociedad exterior, y por lo tanto puedo ayudar a la sociedad. No quiero reformarla. ¿Comprendéis? No soy un reformador social. Tiene uno que desembarazarse, librarse de la sociedad, para que surja un nuevo grupo de seres humanos, y por lo tanto pueda formarse un nuevo edificio social. No podéis reformar la vieja sociedad; eso es simplemente retroceso.

Pregunta: Habéis creado una imagen de vos mismo y estáis muy satisfecho de ella.

KRISHNAMURTI: Entonces no hay nada más que decir. Eso es lo que hemos hecho la mayoría de nosotros, señor. Los más de nosotros nos contentamos con las imágenes que tenemos, y por lo tanto somos felices con nuestros problemas. Tenemos, pues, las mentes embotadas, pesadas, estúpidas, y cuando nos rebelamos nos volvemos «beatniks» o de la otra clase. Eso es todo.

Pregunta: ¿Habla ese señor por su cuenta?

KRISHNAMURTI: No lo sé. Puede estar hablando por su cuenta o por cuenta de otros. Todo ello forma parte de nuestra vida diaria; estamos todos satisfechos de nuestras imágenes.

Pregunta: Si no tengo imagen de mí mismo, entonces no soy nada.

KRISHNAMURTI: Pero ¿sois algo, de todos modos? (*Risas*) Por favor, no riáis, que esto es demasiado serio. ¿Sois algo en vos mismo? Despojaos de vuestro nombre, título, dinero, posición, de vuestra pequeña capacidad para escribir un libro y ser adulado, y ¿qué sois? ¿Por qué, pues, no comprender y *ser eso*? Como veis, tenemos una imagen de lo que es el no ser nada, y no nos gusta esa imagen; pero el hecho real de no ser nada, cuando no tenéis imagen alguna, puede ser enteramente distinto, y efectivamente *lo es*. No es un estado que pueda comprenderse en términos de no ser nada o de ser algo. Es del todo distinto cuando no hay imagen de vos mismo. Y el no tener tal imagen reclama enorme atención, seriedad. Son sólo los atentos, los serios, quienes viven, no las personas que tienen imágenes de sí mismas.

13 de julio, 1965

III

Hablábamos anteayer sobre la actitud frente a un problema. El problema deja de existir, como dije, cuando ya no es la imagen, la fórmula, el concepto, un centro desde el cual miramos una crisis.

La imagen que cada uno de nosotros crea por sí mismo depende de su propio temperamento, circunstancias, y de las diversas presiones y experiencias que moldean su pensamiento. Esto es lo que estuvimos discutiendo anteayer.

Esta mañana me gustaría, si se me permite, hablar sobre algo que es poco más o menos la misma cuestión, pero tal vez podamos abordarla de manera diferente.

Cuando hay una mayor seguridad *exterior* para el individuo como entidad social —como en el mundo occidental, donde hay seguridad prácticamente para todos— existe una correspondiente mayor exigencia de seguridad *interna*, ¿no? Y la seguridad interior se busca por medio de las religiones organizadas, por diversas formas de evasión, por las diversiones, por el dogmatismo político de la extrema izquierda o la extrema derecha, etc. Sea lo que fuere, en eso nos refugiamos, y por ello creamos cierta sensación de seguridad interna. Habiendo creado en nosotros ese sentido de seguridad, resistimos contra toda forma de cambio; y quisiera esta mañana hablar sobre las implicaciones de esa palabra, «cambio».

Los más de nosotros nos resistimos al cambio, en lo exterior lo mismo que en lo interior. En lo exterior se están realizando cambios extraordinarios, cambios de los que probablemente no os dais plena cuenta, particularmente en los campos científico y técnico, así como en el de la cibernética; pero en lo

interior apenas hay cambio de ninguna clase. Somos lo que hemos sido, y reforzamos lo que hemos sido.

Por favor, repito que vos y yo estamos en comunicación uno con el otro. La comunicación no es unilateral, es un movimiento en que participamos ambos. No os limitáis a escuchar una serie de palabras con las que estáis conforme o disconforme, una serie de ideas que podéis refutar o aceptar. Si escucháis así, entonces no hay posibilidad de comunicar uno con el otro.

Vamos a considerar algo que reclama mucha inteligencia, penetración e indagación. Por eso, me parece, tiene uno que ser consciente de su propio deseo de estar seguro; tiene uno que darse cuenta de que está buscando algo permanente, que es la imagen que creamos la mayoría de nosotros. Y cuando os dais cuenta de que estáis buscando una sensación de estar seguro en esa imagen, hay una rebelión; mas esa rebelión tiene muy poco sentido, porque no es sino la respuesta de otra clase de imagen. Pasamos, pues, de una conclusión a otra, de una creencia o dogma a otros, de un sistema de filosofía a otro, o bien nos aferramos a nuestra propia experiencia, y allí nos establecemos, nos cristalizamos. Los más de nosotros nos volvemos neuróticos, muy desequilibrados, cuando tenemos estas imágenes míticas, irreales; no queremos examinar estas imágenes, no queremos darnos cuenta de lo que en realidad está pasando. Cuando en efecto nos damos cuenta de ello, hay gran conflicto, del que tratamos de

escapar, y nos resistimos a toda forma de cambio.

Pues bien, creo muy importante que cambiemos, mas no simplemente en lo exterior. En lo extreno hay muchas presiones e influencias: políticas, científicas, económicas, que se están ejerciendo todo el tiempo, y a las cuales respondemos de modo consciente o inconsciente; resistimos o nos dejamos llevar por ellas. Para mí, en eso no hay nada de cambio. El mero ajuste externo a un modelo social, por revolucionario que sea, no es cambio, porque uno *tiene que* ajustarse, pues si no es destruido. Se ve uno obligado a aceptar la situación, a conformarse o ajustarse a ciertas cambios exteriores y a vivir con ellos. Carecen de significado interior todas las formas de presión que nos hacen cambiar en lo exterior. Pueden influir sobre uno de modo superficial, pero fundamentalmente no producen en nosotros cambio. Eso es evidente, no hay necesidad de insistir en ello.

Tenemos pues que considerar qué es lo que cambia, y lo que implica, en lo fundamental, esa palabra, «cambio». Como dije, cada uno de nosotros tiene una imagen de sí mismo, agradable o dolorosa, aduladora o condenatoria. Os ruego sigáis esto conmigo, os volváis conscientes de vuestra propia imagen y la observéis. No digáis: «Está en mi naturaleza el tener una imagen de mí mismo. Nací con ella, forma parte de mí, y yo no puedo cambiar», cosa que es puro disparate. La naturaleza humana puede cambiar de modo radical, fundamental, profundo. No

existe eso de una imagen que sea «natural». Daos cuenta, pues, de la imagen que tenéis sobre vuestra persona.

Después viene el próximo paso, el de la elección. Escogéis lo que queréis o no queréis ser, según la imagen que tenéis de vos mismo. Esa imagen dicta vuestras actividades. En lo exterior podéis ajustaros, ir a la oficina, estar con la familia, y todo lo demás, pero en lo interior esa imagen dicta vuestras actividades, vuestra manera de pensar y sentir, vuestros motivos, energía, impulso. Donde haya ejercicio de la elección, habrá voluntad en acción, ¿no? Tenéis una imagen de vuestra persona, y esa imagen ayuda a crear vuestras diversas formas de elección; y la voluntad consiste en realizar en la acción la elección. ¿Seguís esto? Para la mayoría de nosotros es necesaria la voluntad en la acción. No conocemos ninguna otra acción. Sólo conocemos la acción como voluntad: «Quiero» y «No quiero». Decimos: «Esto es placentero y lo seguiré, eso no es agradable y lo evitaré.» Os ruego os observéis, no os limitéis a escucharme, porque quiero penetrar en esto muy a fondo, si puedo.

Sólo conocemos la acción como voluntad, y de la voluntad viene la llamada virtud. Decimos: «Seré esto y no seré aquello.» Nuestra virtud, moralidad, ética, se basan en la elección, que es voluntad en acción.

¿Está bien hasta ahora? Os ruego no mostréis conformidad conmigo, no aceptéis ni neguéis lo que

estoy diciendo, sino que veais lo que en realidad está pasando en vos mismo.

Nuestra moralidad se basa, pues, en la elección, en la acción de la voluntad, tras de la cual está la imagen. Ahora bien, todo cambio que produzcamos de manera consciente estará dentro de ese modelo, de modo que nuestra acción siempre será auto-contradictoria, ¿no? Cuando la acción se basa en la elección y la voluntad, sólo puede estar en un estado de auto-contradicción; porque tras de ella está la imagen de nosotros mismos, la imagen de lo que nos gustaría ser, neurótica o meramente fantástica, agradable o penosa. Según esa imagen, actuamos, y como la acción tiene que variar de manera constante, se contradice. No podéis seguir una acción uniforme, porque la vida no lo permitirá, de modo que vuestra acción se halla siempre en un estado de contradicción. Si esto no está claro, lo discutiremos un poco después.

Pues bien, podemos ver que el orden es necesario, no sólo en lo exterior, sino en lo interno. Tiene que haber orden, no únicamente en la habitación en que vivís, sino también interiormente. Orden es virtud, evidentemente; pero el orden no puede producirse por la voluntad. La voluntad en acción es inmoral, porque trae contradicción, que es desorden.

Voy a decirlo del otro modo. Veo que algunos de vosotros no ven esto claramente.

En la habitación en que vivo debo tener cierto grado de limpieza, orden, pulcritud, para que no me

trastorne. Mas yo no tengo que ser sensible sólo a las cosas externas, sino también a lo interno. Si hay desorden exterior, confusión, entonces no es posible la sensibilidad. Del mismo modo, en lo interior debo tener gran orden si es que he de ser grandemente sensible. Cuando hay desorden dentro, ello crea confusión, contradicción, tiene a la mente en constante agonía, en afán, en desdicha. Tengo pues que tener orden interno. Mas veo que el orden interno no puede ser producido por la voluntad, porque ésta es resistencia. Si digo: «Crearé orden dentro de mí», el «orden» que creo es con arreglo al modelo, a la imagen que el pensamiento ha establecido; por lo tanto, habrá contradicción, que es desorden.

Pero es necesario que tenga yo orden; y el orden es virtud. No la virtud de la sociedad, no la moralidad social, la conducta respetable y todo eso; no estoy hablando de tal cosa. Eso no es virtud, es inmoralidad. La moralidad social no tiene nada de moral. De lo que hablo es del orden interno y de cómo voy a producirlo.

Por favor, ved el problema. Tengo una imagen de la clase de orden que quiero, y con arreglo a esa imagen escojo, ejercito la voluntad para producir orden. Mas ahora veo que el hacer esto es no traer orden en absoluto. Es meramente crear en mí una fortaleza de resistencia, y por lo tanto habrá desorden. Tengo, pues, que hallar un medio de producir orden en el cual no haya elección. La elección, en cualquier forma, es la acción de la voluntad, o la elección produ-

ce la acción de la voluntad, con arreglo a la imagen, al trasfondo, a la conclusión, a la experiencia, a las ideas que por casualidad yo tenga.

Veo, pues, que tiene que haber orden que no sea resistencia, que no sea aislamiento, evasión, y que tal orden ha de venir por medio de un estado sin elección en el cual no actúe voluntad alguna como resistencia. Veo que el orden que he creado antes, en lo interior y lo exterior, es en realidad desorden. En lo exterior, me ajusto al modelo aceptado, a la norma social; es decir, soy ambicioso, envidioso, codicioso, competidor, y esto crea un terrible desorden en el mundo. En lo interior, quiero paz y tranquilidad, quiero serenidad y seguridad; y ahí también —porque mi deseo es hallar placer— creo desorden. Veo, pues, que toda mi acción, en lo interno como en lo externo, produce desorden. Aunque lo que hago en lo exterior sea llamado moral, ético y todos los demás disparates, en realidad produce desorden. Esto lo veo muy claramente. Toda forma de elección y el ejercicio de la voluntad basado en el placer engendra en efecto resistencia, y por lo tanto desorden.

Pero, ¿es que hay otra clase de acción que no se derive de la elección o la voluntad? No digáis: «¿Cómo voy a actuar sin voluntad? ¿Cómo voy a vivir en este mundo sin escoger? Todo lo que hago se basa en la elección, tanto si es escoger el color de mis pantalones o alguna otra cosa. Si no ha de haber elección, y por lo tanto, tampoco ejercicio de la vo-

luntad, entonces me limitaré a flotar, no habrá estabilidad ni áncora.» Esa es vuestra reacción natural, ¿no? Decís: «Si no ejerzo la voluntad, ¿qué voy a hacer?» Esa pregunta sólo la hacéis cuando no veis las implicaciones de toda la actividad de la voluntad. Ésta se basa esencialmente en el placer y la resistencia, y cualquier orden que produzca es en realidad desorden; y una vez que comprendéis todo este proceso de la voluntad, entonces no lo tocaréis, no os acercaréis a él, porque en lo fundamental queréis orden.

¿Comprendemos, pues, la naturaleza de la voluntad? La voluntad se basa en el placer y en la resistencia al dolor; se basa, no sobre el hecho, sino sobre el placer. Me pregunto si comprenderéis. ¿Me estáis siguiendo? Por favor, no sois mis discípulos, no me sigáis de ese modo. Avanzamos juntos en el descubrimiento de algo; tratamos de descubrir si existe una nueva manera de vivir. Esa es una exigencia natural, esencial, por parte de todo ser humano inteligente: la de hallar un nuevo modo de vivir, para no ser atormentado, para no estar angustiado, no tener estos terribles temores, ansiedades, esta interminable confusión. Tiene que haber un nuevo modo de vivir; y, para descubrir este modo nuevo, habéis de desechar, rechazar por completo el viejo. Mas no podéis rechazar el viejo sin comprenderlo. No podéis limitaros a decir: «Bueno, no viviré así», lo cual carece de sentido. Mientras que, si comprendéis lo implicado en todo el modelo de lo viejo, que

es el pensamiento y la acción derivados de la voluntad y la elección, entonces ello se desprende en forma natural.

Mas, como veis, los más de nosotros somos muy perezosos, en lo físico como en lo interno. Todo esto requiere mucha penetración, indagación, destrucción, no aceptación; significa vivir con tremenda energía para descubrir, y, como los más de nosotros somos perezosos por dentro de la piel, no queremos hacerlo eso. Preferimos vivir contentos en el estado neurótico de nuestra imagen, o vivir desdichados esperando que de algún modo cambien la imagen y las circunstancias y produzcan una feliz imagen nueva.

Todo este edificio de imagen, elección y voluntad se basa en retener el placer y desechar el dolor. Por favor, comprended de lo que hablamos cuando nos referimos al placer y el dolor. Tiene uno que resistir al dolor físico; mas nosotros hablamos del miedo al dolor psicológico. ¿Comprendéis? Como nos da miedo de la pena interior o psicológica, no nos encaramos con los hechos, sino que miramos todo con vistas a eludir esa pena o mantener el placer.

De modo que si uno comprende todo este proceso, ¿qué es entonces la acción sin voluntad? Y ¿qué es el cambio? Cuando cambiáis de modo consciente diciendo: «No fumaré», «No voy a beber», «No haré esto», «No haré aquello», cuando os ponéis deliberadamente a producir un cambio en vos mismo, ¿no os encontráis con que en este cambio deliberado hay

mucha resistencia y derroche de energía? Resistís, combatís los viejos hábitos, los viejos modelos de pensamiento, esperando con ello hallar un nuevo modo de vida. Esto es un patrón muy familiar, ¿no? Cuando hay una elección deliberada, una deliberada intención de producir un cambio, no sólo hay resistencia, sino un desperdicio de energía, y por lo tanto no hay cambio alguno.

Me pregunto si estaréis captando todo esto. ¿Está algo claro hasta aquí?

Veo, pues, que donde haya acción deliberada para producir un cambio en mí mismo no habrá verdadero cambio en absoluto, sino sólo un desperdicio de energía. Por ello el cambio tan sólo puede realizarse cuando no haya esfuerzo consciente para cambiar. El cambio debe sobrevenir sin que de propósito queráis cambiar. El cambio viene cuando comprendéis todo el modelo de la imagen, y la forma en que se ha creado: la imagen basada en la busca de placer y la evitación de la pena psicológica, de lo cual proviene la elección, el ejercicio de la voluntad en la acción. Este modelo se repite una y otra vez, y dentro del campo de este patrón queremos cambiar; mas cualquier cambio así sigue siendo una resistencia, desperdicio de energía, y por lo tanto no tiene nada de cambio. Cambio, en el verdadero sentido de la palabra, significa una explosión, y para estallar necesitáis energía, y para tener energía no tiene que haber resistencia. Es un cambio en el cual no ha entrado para nada el pensamiento como voluntad.

El cambio es como la virtud. Virtud que sea cultivada deja de ser virtud. Estando lleno de vanidad, cuando me pongo deliberadamente a ser humilde y practico cada día la virtud de la humildad, ello no tiene sentido alguno. Pero el hacer estallar la vanidad sin el ejercicio de la voluntad, de modo inconsciente, es tener completa energía con la cual mirar la cualidad llamada vanidad; y en eso hay humildad.

La virtud es, pues, orden producido sin deliberado pensamiento o intención, y en esto hay gran belleza. El orden está fuera del tiempo. El tiempo engendra desorden. De modo que tengo que percibir todo este ciclo, sin relegarlo a un lado ni escapar de él ni hacer ninguna otra cosa sobre él; tengo que percibirlo como un hecho, sin elección, como me doy cuenta de este micrófono. Ese micrófono es un hecho, ¿no? Es así, y no puedo cambiarlo. Está ahí ante mí. Del mismo modo, tengo que percibir, sin elección, todo este proceso de pensar en términos de la imagen, que hasta ahora ha traído tan inmenso desorden y desgracia al hombre, a cada uno de nosotros. Y una vez que nos damos cuenta de ello sin elección, descubriremos que hay una acción en la cual no entran el tiempo ni la voluntad.

He dicho que el tiempo engendra desorden, pero no quiero entrar esta mañana en la cuestión del tiempo. Penetraremos en ella otro día; porque tiene uno que intervenir mucho tiempo en eso —tiempo medido por el reloj— y tal vez no sea ahora la oportunidad para ello. Mas, cuando en realidad comprendéis

que es necesario un orden inmenso interiormente, entonces en lo exterior, en todas vuestras relaciones, habrá orden: orden en vuestra relación con vuestra familia y amigos, con vuestra propiedad y con las ideas.

El orden —que en esencia es el principio y fin de la virtud— no surge por un deliberado acto en forma alguna. Todo acto deliberado para producir orden es inmoral, y esto es lo que vemos en el mundo. El orden social que hemos establecido en diversas partes del mundo se basa, como bien sabéis, en la competencia, la codicia, la envidia, la brutalidad; y el domingo, o el día que sea, hablamos de amor fraternal. Mas las dos cosas no pueden ir juntas. Nuestro orden social es desorden, y por lo tanto es inmoral. No condeno la sociedad, me limito a ver los hechos reales.

Así es que, para producir orden en mí mismo como ser humano —no como individuo aislado, sino como ser humano que forma parte del resto de la humanidad—, tengo que comprender este proceso extraordinariamente complejo y sutil de voluntad, elección y la imagen.

Pregunta: En el momento en que uno se hace consciente de la imagen que ha creado, ello causa pena, un trastorno, y cesa el pensamiento que lo mira.

KRISHNAMURTI: Ante todo, ¿somos conscientes de la imagen por nosotros mismos, o hemos

llegado a ser conscientes de ella porque alguien nos ha hablado de esa imagen? ¿Véis la diferencia? ¿Soy consciente de la imagen que tengo en mí mismo, sin que nadie me lo diga? ¿O es que soy consciente de esa imagen sólo porque me habéis hablado de ella? Seguramente que hay una diferencia. Yo sé que tengo hambre, nadie tiene que decírmelo. Mas si me decís: «Tenéis hambre» y yo reacciono y digo: «Caramba, tengo hambre», entonces eso es algo por completo distinto.

Así que, ¿percibís la imagen que habéis construido a través de los años, la imagen que os ha dado la sociedad, etc.? ¿Os dais cuenta de ella sin que os lo digan? ¿O es que os dáis cuenta sólo porque alguien os lo ha dicho? Por favor, descubridlo. Si es vuestro propio descubrimiento, tendrá vitalidad; mas si simplemente os lo dicen y decís «Sí, tengo una imagen», entonces eso no tiene la misma vitalidad, la misma energía.

Pregunta: ¿Qué ocurre cuando no es en una forma ni en la otra?

KRISHNAMURTI: Cuando no lo hayáis descubierto vos mismo ni porque alguien os haya hablado de ello, ¿qué pasa entonces? ¡Hombre! Me parece que entonces estará uno dormido, o *no querrá* descubrirlo, o dice uno: «Forma parte de mi Ego sublime, lo Supremo», sea ello lo que fuere. Mirad, esto es bastante sencillo; ¿por qué lo complicamos?

Si no quiero descubrir que tengo una imagen, no la veré por mucho que me digáis que la tengo; y los más de nosotros no queremos descubrirla, porque es una imagen muy segura, satisfactoria, agradable. No queremos que se ponga en tela de juicio, por lo cual nos hacemos los sordos. Mas, si la descubrís vos mismo, eso tiene mucha más vitalidad que el hecho de que se os diga lo que está mal.

Ahora, sigamos adelante. He descubierto que tengo una imagen. De repente me he vuelto consciente del hecho de que tengo una imagen de mí mismo, imagen que se ha formado por mi vanidad, mi placer, pena, conclusiones. Es una imagen compuesta por el pensamiento, la experiencia, la vida, mis relaciones, mis actividades, dolor, desgracia; todas las cosas han construido en mí esta imagen, y yo me he dado cuenta de ella. ¿Qué pasa entonces? ¿Lo percibo sin elección como un hecho, como un hecho que no puedo cambiar? ¿Comprendéis lo que quiero decir? Es un hecho que el sol sale y se pone, y yo no puedo hacer nada sobre ello. De la misma manera, esta imagen es un hecho, y veo que lo es sin decir: «Quiero librarme de ella» o «Quiero cambiarla», o «Quiero hacer algo sobre ella».

¿Estáis siguiendo esto? ¿Véis la imagen de vos mismo que habéis formado al correr de los siglos, la véis como un hecho? ¿Comprendéis? ¿La estáis mirando sin elección, y no con arreglo a vuestro placer y dolor? Si la miráis sin elección, entonces es un hecho, ¿no? La imagen es un hecho real, es así.

Ahora bien, ¿la estáis mirando como uno de fuera que la observa, o es que vos *sois* la imagen? ¿Entendéis lo que quiero decir? Espero que me estaré expresando con claridad.

He descubierto esta imagen de modo inconsciente. ¿La estoy mirando como observador aparte de lo observado? ¿Estoy separado de aquello que observo? ¿Hay un espacio entre el observador y la cosa observada? En realidad, el observador *es* la imagen, los dos no están separados, y ahí es donde va a surgir nuestra dificultad; porque he considerado la imagen como algo que está fuera de mí mismo, una cosa que hay que observar, cambiar, aumentar, disminuir. Nunca la he visto como el «yo», como el observador mismo, sino siempre como la cosa observada. Ver la imagen como el propio observador requiere completa atención. Cuando no sois sino el observador aparte de la cosa observada, ello es una forma de evasión del hecho, y tiene uno que darse cuenta de esto. Es decir, sólo existe la imagen, y no el observador.

Tomad ahora una flor, un árbol, una cara —no importa lo que sea—, y miradlo. Cuando miráis la flor, la estáis mirando desde el punto de vista biológico, botánico; es decir, miráis esa flor con todo el conocimiento que tenéis sobre ella. ¿No es así? Y ¿miráis alguna vez una flor de modo no botánico, o es que siempre interviene toda la información que tenéis sobre esa flor? Cuando se interfiere vuestro conocimiento en el mirar, entonces sois sólo el ob-

servador que mira la flor. Esto es bastante sencillo.

Probablemente nunca habéis mirado la imagen sin la interferencia de la elección, de modo que no sabéis que entonces sólo existe la imagen, y no el observador. Cuando eso ocurre, no se trata de desembarazarse de la imagen, ni de aumentarla o negarla. Es un hecho. Pero, mientras seáis el observador que mira el hecho, estaréis disipando la energía misma que es necesaria para comprender por completo, o ser, o ver ese hecho sin el observador.

Ahora bien, ¿qué pasa cuando sólo existe la imagen y no el censor que dice: «Me gusta», o «No me gusta» esa imagen? ¿Qué ocurre cuando sólo existe el hecho y no hay evasión del mismo; cuando el hecho no es agradable ni doloroso, sino que es sencillamente eso, y por lo tanto podéis mirarlo por completo, con toda vuestra energía? ¿Comprendéis? La energía se disipa cuando hay un observador, un censor. Mas, cuando sólo existe el hecho, que reclama toda vuestra energía y atención, entonces hallaréis que la imagen hace explosión; carece de toda validez, de toda sustancia. Ha desaparecido por completo. Entonces iniciáis una nueva vida, porque ya no hay un censor que dicte lo que debéis o no debéis hacer. Hay una completa revolución, un cambio total, y por lo tanto gran orden.

15 de julio, 1965

IV

Hemos estado hablando, las tres últimas veces que nos hemos reunido aquí, sobre la necesidad de una revolución fundamental y radical en el interior de uno mismo. No es de una revolución dentro de uno mismo como individuo de lo que estamos hablando —una cuestión de salvar vuestra pequeña alma particular—, sino una revolución dentro de sí como ser humano totalmente relacionado con todos los demás seres humanos. Podemos separarnos de modo consciente en mezquinas y pequeñas individualidades, mas en lo hondo, de modo inconsciente, somos la heredada experiencia humana de todos los tiempos; y no producen una nueva sociedad los meros cambios superficiales en el nivel económico o social, aunque den un poco más de comodidad o satisfacción. Nos ocupamos, no sólo de la transformación de la naturaleza total del ser humano, sino también de producir una distinta sociedad, una sociedad buena; y ésta no es posible si no hay seres humanos buenos. Los seres humanos buenos no florecen en prisión. La bondad florece en la libertad, no en la tiranía, no en los sistemas de partido único, políticos o religiosos.

La sociedad considera peligrosa para ella la libertad, porque en la libertad el individuo va en pos de su empresa particular. Por su propia habilidad y as-

tucia, el individuo domina a otros que son menos emprendedores, y así existe en general una creencia, una idea, un juicio de que la libertad es contraria a una buena sociedad. Por ello las tiranías políticas tratan de dominar, en lo religioso así como en lo económico y social, la mente humana; la castigan, tratando de impedir que el hombre piense libremente. En las llamadas sociedades democráticas hay mayor libertad, como es evidente, porque de lo contrario no estaríamos aquí discutiendo esta cuestión. En algunos países no se permitiría. Pero también se niega la libertad en las democracias cuando adopta la forma de rebelión. Mas no estamos hablando de rebelión en el sentido político, sino más bien de un completo florecimiento de la bondad humana, lo único que puede dar por resultado una sociedad creativa.

Esta bondad del ser humano sólo puede florecer en libertad, en total libertad; y, para comprender la cuestión de la libertad, tiene uno que penetrar en ella, no sólo en términos del orden social, sino tambien en términos de la relación individual con la sociedad. Esta sobreviene mediante el mantenimiento de cierta apariencia de orden. Si uno observa la sociedad en que vive, sea de la izquierda, la derecha o el centro, ve que la sociedad reclama orden, una relación social en la que el individuo no explota de modo desenfrenado a otros. Pero el orden se niega debido a la estructura misma, la estructura psicológica básica de la sociedad. Aunque proclame otra

cosa, la sociedad tal como la conocemos se basa en la competencia, la codicia, la envidia, en un empeño agresivo de realización de uno mismo, de consecución; y en una sociedad así no puede haber verdadera libertad en absoluto, ni, por lo tanto, orden. La sociedad, tal como es, sea de la izquierda o de la derecha, es desorden, porque no se interesa en una transformación fundamental de la mente humana. Esta transformación o revolución interna sólo puede realizarse en libertad, y al decir libertad no me refiero a una reacción, a librarse *de* algo. Librarse *de* algo es una reacción, y eso no tiene nada de libertad.

Si la mente se limita a librarse de cierta actitud, de ciertas ideas o de ciertas formas de auto-expresión, en esa liberación *de* algo, que es una reacción, es impulsada hacia otra forma más de aserción, y por ello no hay nada de libertad. Tiene uno, pues, que ver muy claramente lo que entiende con la palabra «libertad». Sé que este problema de la libertad se ha discutido en muchísimos libros; ha dado lugar a filosofías, a ideas y conceptos religiosos y a innumerables expresiones políticas. Pero viviendo como vivimos en un mundo que es tan destructivo, que está tan lleno de pena, desdicha y confusión, y estando tan agobiados por nuestros propios problemas, frustraciones, desesperanzas, si vos y yo —como seres humanos en relación total con otros seres humanos— no hallamos por nosotros mismos lo que es la libertad, no podrá florecer la bondad. Esta no

es una mera palabra sentimental, tiene extraordinaria significación, y sin ella no veo cómo puede uno actuar sin reacción, en la cual hay desdicha, miedo y desesperanza.

Creo pues necesario que la mente humana comprenda por completo esta cuestión de lo que es la bondad. La palabra «bondad» no es el hecho, la palabra no es la cosa, y debemos estar sumamente vigilantes para no quedar presos de esa palabra y su definición. Más bien debemos ser, o comprender, el estado que es la bondad. La bondad no puede florecer y prosperar sino en libertad. La libertad no es reacción, no es librarse *de* algo, no es resistencia o rebelión *contra* algo. Es un estado mental, y ese estado de mente que es la libertad no puede comprenderse si no hay espacio. La libertad exige espacio.

En el mundo hay cada vez menos espacio; las ciudades se van poblando cada día más. La explosión demográfica nos está negando espacio a cada uno de nosotros. Los más de nosotros vivimos en una pequeña habitación rodeada de otras innumerables, y no hay espacio, excepto acaso cuando vagamos hacia el campo, lejos de las ciudades, del humo, polvo y ruido. En eso hay cierta libertad; mas no puede haber libertad interna si no hay espacio interno. También la palabra «espacio» es distinta del hecho, de modo que quisiera sugerir que no os incautéis de esa palabra y quedéis presos al tratar de analizarla o definirla. Fácilmente podéis

mirar la palabra en un diccionario y descubrir lo que dice sobre el espacio.

Pero ¿podemos formularnos a nosotros mismos la pregunta sobre «qué es el espacio» y detenernos ahí, sin tratar de definir la palabra, sin tratar de avanzar hacia ella a tientas o de inquirir sobre ella, sino más bien de ver lo que significa no verbalmente? Libertad y espacio van juntos. Para los más de nosotros, espacio es el vacío en torno a un objeto: a una silla, a un edificio, a una persona, o alrededor de los contornos de la mente.

Os ruego que escuchéis simplemente lo que se está diciendo, sin asentir ni disentir, porque estamos a punto de penetrar en algo que es un poco sutil y difícil de expresar en palabras; pero *tenemos que* penetrar en ello si hemos de comprender lo que la libertad es.

La mayoría de nosotros sólo conocemos el espacio por causa del objeto. Hay un objeto y en torno a él existe lo que llamamos espacio. Hay esta tienda, y en ella y alrededor de ella hay espacio. Hay espacio en torno a ese árbol, alrededor de esa montaña. Sólo conocemos el espacio dentro de las cuatro paredes de un edificio, o fuera del edificio, o en torno a algún objeto. Del mismo modo, sólo conocemos el espacio interiormente partiendo del centro que lo está mirando. Hay un centro, la imagen, si se me permite volver sobre esa palabra —y repito que la palabra «imagen» no es el hecho— y, en torno a ese centro, hay espacio; conocemos, pues, el espacio

sólo por el objeto que está dentro de ese espacio.

Ahora bien, ¿hay espacio sin el objeto, sin el centro desde el cual estáis mirando como ser humano? El espacio, tal como lo conocemos, tiene que ver con el trazado, la estructura; existe en la relación de una estructura con otra, de un centro con otro. Pero, si el espacio existe sólo por causa del objeto, o porque la mente tiene un centro desde el cual está mirando, entonces ese espacio es limitado, y por lo tanto en ese espacio no hay libertad. Ser libre en una prisión no es libertad. No es libertad el estar libre de cierto problema dentro de las cuatro paredes de nuestras propias relaciones, es decir, dentro del limitado espacio de nuestra propia imagen, de nuestros pensamientos, actividades, ideas, conclusiones.

Por favor, permítaseme sugerir una vez más que por las palabras del que habla observáis el limitado espacio que habéis creado en torno vuestro como ser humano en relación con otro; como ser humano que vive en un mundo de destrucción y brutalidad; como ser humano en relación con una particular sociedad. Observad vuestro propio espacio, ved cuán limitado es. No me refiero al tamaño de la habitación en que vivís, sea pequeña o grande, no es de eso de lo que hablo. Me refiero al espacio interno que cada uno de nosotros ha creado en torno a su propia imagen, en torno a un centro, a una conclusión. De modo que el único espacio que conocemos es aquel que tiene un objeto como centro suyo.

No sé si me explico claramente. Trato de decir que mientras exista un centro alrededor del cual hay espacio, o un centro que crea espacio, no hay nada de libertad: y cuando no hay libertad, no hay bondad ni el florecimiento de la bondad. Esta sólo puede florecer cuando hay espacio: espacio en que no existe la imagen, el centro.

Voy a decirlo de otro modo. Parece que estáis un poco confusos. Como sabéis, está en la naturaleza misma de una mente buena, sana, fuerte, el reclamar libertad, no sólo para sí, sino para los demás. Pero esa palabra, «libertad», ha sido traducida de varios modos, religiosos, económicos y sociales. En la India se ha traducido de una manera, y aquí de otra. Entremos pues en la cuestión de lo que es la libertad para un ser humano. Aislarse en un monasterio, o convertirse en monje caminante, o vivir en alguna caprichosa torre de marfil, seguramente que eso no es en absoluto libertad. Ni lo es tampoco el identificarse con un particular grupo religioso o ideológico. Indaguemos, pues, lo que es la libertad, y cómo puede haber libertad en todas las relaciones.

Mas, para comprender la libertad en la relación, tiene uno que penetrar en esta cuestión de lo que es el espacio; porque las mentes de la mayoría de nosotros son pequeñas, mezquinas, limitadas. Estamos fuertemente condicionados: por la religión, por la sociedad en que vivimos, por nuestra educación, por la técnica; se nos limita, se nos fuerza a ajustarnos a cierto modelo, y uno ve que no hay

libertad dentro de esa área circunscrita. Pero uno reclama libertad, completa libertad, no sólo la parcial. No es libertad el vivir en una celda carcelaria durante veinticuatro horas diarias, y salir ocasionalmente al patio de la prisión para dar allí vueltas. Como ser humano que vive en la actual sociedad, con toda su confusión, desdicha, conflicto, tortura, reclama uno libertad; y esta exigencia de libertad es una cosa sana, normal. De modo que, viviendo en sociedad, en relación con vuestra familia, posesiones, ideas, ¿qué significa ser libre? ¿Puede la mente ser libre alguna vez si no tiene espacio ilimitado dentro de sí, no creado por una idea del espacio, no creado por una imagen que tiene cierto limitado espacio alrededor de sí como centro? Seguramente que, como ser humano, tiene uno que descubrir la relación que existe entre libertad y espacio. ¿Qué es éste? Y ¿hay espacio sin el centro, sin el objeto que lo crea?

¿Estáis siguiendo todo esto? Es muy importante descubrir por nosotros mismos lo que es el espacio, porque, si no, no podrá haber libertad y siempre estaremos torturados, siempre estaremos en conflicto unos con otros; y solamente nos rebelaremos contra la sociedad, cosa que carece de todo sentido. El limitarse a dejar de fumar o a convertirse en un «beatnik» o un «beatle», o Dios sabe qué más, carece de sentido, porque todas esas no son más que formas de rebeldía dentro de la prisión.

Pues bien, tratamos de descubrir si existe esa

libertad que *no* sea rebelión, libertad que no sea creación ideativa de la mente, sino un hecho real. Y para descubrir eso, tiene uno que inquirir profundamente sobre la cuestión del espacio. Una mente mezquina y pequeña, burguesa, de clase media —o una mente aristocrática, que también es mezquina— puede creer que es libre; pero *no* lo es, porque está viviendo dentro de los límites de su propio espacio, el espacio confinado creado por la imagen en que funciona. ¿Está eso claro?

No podéis, pues, tener orden sin libertad, y no podéis tener libertad sin espacio. Espacio, libertad y orden, los tres van juntos, no están separados. Una sociedad de la extrema izquierda espera crear orden por la dictadura, por la tiranía de un partido político; pero no puede crear orden, en lo económico, social o en cualquier otra forma, porque el orden requiere libertad del hombre dentro de sí mismo, no como individuo que salva su mezquina, manchada y pequeña alma, sino como ser humano que ha vivido durante dos millones de años o más, con toda la vasta experiencia de la humanidad.

Orden es virtud, y virtud o bondad no pueden florecer en ninguna sociedad que esté siempre en contradicción consigo misma. No es posible que produzcan orden las influencias externas: el ajuste económico, la reforma social, el progreso técnico, el ir a Marte y todo lo demás. Lo que produce orden es el inquirir sobre la libertad, no una indagación intelectual, sino el realizar la labor efectiva de

destruir nuestro condicionamiento, nuestros prejuicios que limitan, nuestras ideas estrechas; el destruir toda la estructura psicológica de la sociedad de que formamos parte. Si no irrumpís a través de todo eso, no hay libertad, y por lo tanto no hay orden. Es como una mente pequeña que trata de comprender la inmensidad del mundo, de la vida, de la belleza. No puede. Puede imaginar, puede escribir poemas sobre ella, pintar cuadros, pero la realidad es distinta de la palabra, de la imagen, del símbolo, del cuadro.

El orden sólo puede surgir mediante la percepción del desorden. No podéis crear orden, os ruego veáis este hecho. Sólo podéis percibir el desorden, en lo exterior lo mismo que en lo interior. Una mente desordenada no puede crear orden, porque no sabe lo que significa. No puede más que reaccionar ante lo que cree que es desorden creando un modelo que llama «orden», y luego ajustándose a ese modelo. Mas si la mente se da cuenta del desorden en que vive, que es darse cuenta de lo negativo sin proyectar lo llamado positivo, entonces el orden llega a ser una cosa extraordinariamente creadora, en movimiento, viviente. El orden no es un modelo que seguís día tras día. Seguir un patrón que habéis establecido, practicarlo día tras día, es desorden: el desorden del esfuerzo, del conflicto, de la codicia, la envidia, la ambición, el desorden de todos los mezquinos y pequeños seres humanos que han sido creados y condicionados por la sociedad presente.

Pero ¿puede uno darse cuenta del desorden, percibirlo sin escoger, sin decir «Esto es desorden y eso es orden»? ¿Puede uno percibir sin elección el desorden? Esto requiere extraordinaria inteligencia, sensibilidad; y en esa percepción sin elección hay también una disciplina que no es mera conformidad.

¿Estoy forzando la cosa demasiado? ¿Estoy poniendo demasiadas ideas en una cesta, como si dijéramos, presentándolas todas en el mismo momento?

Como véis, para los más de nosotros, la disciplina —nos guste o no, la practiquemos o no, seamos o no conscientes de ella— es una forma de conformidad. A todos los soldados del mundo, a esos pobres, desgraciados seres humanos, sean de la izquierda o de la derecha, se les hace ajustarse a un modelo, porque hay ciertas cosas que se dice deben hacer. Y aunque los demás de nosotros no somos soldados adiestrados para destruir a otros y protegernos, se impone no obstante la disciplina sobre nosotros por el ambiente, la sociedad, la familia, la oficina, la rutina de la existencia cotidiana; o bien nos disciplinamos nosotros mismos.

Cuando uno examina toda la estructura y el sentido de la disciplina, ya sea la impuesta o la autodisciplina, ve que es una forma de conformidad o ajuste externo o interno a un patrón, a un recuerdo, a una experiencia. Y nos rebelamos contra esa disciplina. Toda mente humana se rebela contra la clase estúpida de conformidad, sea establecida por dic-

tadores, sacerdotes, santos, dioses o lo que sean. Y, sin embargo, ve uno que tiene que haber alguna clase de disciplina en la vida: una disciplina que no sea mera conformidad, que no sea ajuste a un modelo, que no se base en el miedo, y todo eso; porque, si no hay nada de disciplina, no puede uno vivir. Tiene uno, pues, que descubrir si hay una disciplina que no sea conformidad; porque ésta, el ajuste, destruye la libertad, nunca trae libertad a la existencia. Mirad las religiones organizadas por todo el mundo, los partidos políticos. Es evidente que la conformidad destruye la libertad, y no tenemos necesidad de insistir sobre este punto. O lo véis o no lo véis: depende de vos.

La disciplina de la conformidad, que está creada por el miedo de la sociedad y forma parte de su estructura psicológica, es inmoral y desordenada, y en ella estamos presos. Pero ¿puede la mente descubrir si hay cierto movimiento de disciplina que no sea un proceso de ejercer control, moldear, ajustar? Para descubrir eso, tiene uno que darse cuenta de este extraordinario desorden, confusión y desgracia en que uno vive; y el percibirlos, no en forma fragmentaria, sino total y, por tanto, sin elección, es en sí mismo disciplina.

No sé si estáis siguiendo todo esto.

Si me doy plena cuenta de lo que estoy haciendo, si percibo sin elección el movimiento de mi mano, por ejemplo, esa percepción misma es una forma de disciplina en la que no hay ajuste. ¿Está

claro esto? Esto no lo podéis comprender sólo verbalmente, tenéis que hacerlo en realidad en vuestro interior. El orden sólo puede surgir mediante este sentido de percepción en que no hay elección y que es por lo tanto una total percepción, una completa sensibilidad a todo movimiento del pensar. Este total darse cuenta es en sí mismo disciplina sin ajuste; por lo tanto, de esta total percepción del desorden surge el orden. No es que la mente haya *producido* el orden.

Para tener orden, que es el florecimiento de la bondad y la belleza, tiene que haber libertad; y no hay libertad si no tenéis espacio.

Mirad, os haré una pregunta, pero no me respondáis, por favor. ¿Qué es el espacio? Haceos esta pregunta, no simplemente con ligereza, sino en serio, como os la hago yo. ¿Qué es el espacio? Vuestra mente ahora sólo conoce el espacio dentro de las limitaciones de una habitación, o el espacio que un objeto crea en torno suyo. Ese es el único espacio que conocéis. Y ¿existe espacio sin el objeto? Si no hay espacio sin el objeto, entonces no hay libertad, y por consiguiente, no habrá orden ni belleza, ni florecimiento de la bondad. Sólo habrá perpetua lucha. De modo que la mente tiene que descubrir, por asiduo trabajo, y no sólo por escuchar algunas palabras, que existe en realidad espacio sin centro. Una vez que eso haya sido hallado, habrá libertad, orden, y entonces florecerán la bondad y la belleza en la mente humana.

No pueden existir la disciplina, el orden, la libertad y el espacio sin la comprensión del tiempo. Es muy interesante inquirir sobre la naturaleza del tiempo: el tiempo del reloj, el tiempo en forma del ayer, el hoy y el mañana, el tiempo en que trabajáis y el tiempo en que dormís. Pero hay también el tiempo que no se mide por el reloj, y ese es mucho más difícil de comprender. Miramos el tiempo como medio de producir orden. Decimos: «Dadnos unos pocos años más y seremos buenos, crearemos una nueva generación, un mundo maravilloso.» O hablamos de crear un distinto tipo de ser humano, que sea del todo comunista, por completo esto o aquello. Consideramos, pues, el tiempo como medio de producir orden; mas, si uno observa, ve que el tiempo sólo sirve para engendrar desorden.

Tal vez sea esto bastante por esta mañana. Vamos, pues, a discutir aquello de que he hablado. Espero que no tengáis demasiado calor.

Pregunta: ¿Puede uno compartir la desdicha, los tormentos, las desesperanzas de otro?

KRISHNAMURTI: ¿Qué queremos decir con la palabra «compartir»? Puedo compartir unos pocos francos con vos, puedo compartir con vos las pocas cosas que yo tenga: camisas, pantalones, la habitación especial que tenga. Puedo compartir una experiencia verbalmente, puedo contaros sobre mi desdicha, las cosas por las que he pasado, la belleza

que he visto. ¿Dónde termina, pues, el compartir? ¿Dónde empieza? Amo a mi esposa o a mi marido, a mis hijos, a mi familia, a mi prójimo; no, perdón, no amo a mi prójimo. Aunque hable de amar al prójimo y los sacerdotes griten todos los días sobre ello, es todo desatino, porque compito con él, lo destruyo por medio del negocio, por la guerra. Digo que amo a mi familia. Y ¿es que comparto algo con ella, fuera de cosas, posesiones? ¿Comprendéis? ¿Puedo compartir mi pena, mi desdicha, con otro? Puedo contarle sobre ella, y él puede decir: «¡Cuánto lo siento, amigo mío, qué mal lo está usted pasando!»; me puede dar palmaditas en la espalda, agarrarme la mano, pero ¿puedo en realidad compartir con él la angustia, la ansiedad por la que estoy pasando?

¿Habéis compartido alguna vez algo con una persona? ¿Comprendéis? ¿Cuándo comparte uno en realidad con otro, no en lo financiero, no en palabras, no por medio de ideas o intercambio de ellas, no por argumentación y todo lo demás, sino cuando está uno abierto de veras a otro, no en lo verbal, no por el mero compartir cosas, sino en realidad? Seguramente que compartimos con otro, entramos en comunión con él, sólo cuando hay amor. Pero aguardad un minuto. Esa palabra tiene muchos sentidos para muchas personas distintas. No quiero entrar en todo esto ahora, porque es demasiado complejo. Ya sabéis, compartimos algo uno con otro —algo que no es verbal y que no es cuestión de dar

o recibir cosas— sólo cuando ambos sentimos intensamente sobre ello al mismo nivel y al mismo tiempo. De lo contrario, no hay comunión, lo que significa que no hay nada que compartir excepto cosas, palabras, explicaciones, conocimiento o experiencias tontas. Eso no es compartir.

¿Pueden tener esta comunión dos personas? ¿Podemos tenerla vos y yo? No me conocéis, no os conozco. Podéis conocer a vuestra esposa o vuestro marido, pero lo dudo. Implica mucho el conocer a otro. ¿Podemos vos y yo vivir durante unas pocas horas, o un minuto, con intensidad, con urgencia, a la misma profundidad y al mismo tiempo? Sólo entonces hay comunión, sólo entonces se comparte. De lo contrario, sólo habrá un intercambio, una cosa del mercado, o una cosa sentimental, emotiva, sin sentido alguno. Para compartir, no tiene que haber emocionalismo, sentimentalismo, sino sólo un estado de mente en que nosotros dos seamos serios, intensos, vivos. No se trata entonces de compartir nada con nadie. Una flor no «comparte» con vos ni conmigo su belleza, su aroma. Está ahí para que la vean, la huelan todos.

18 de julio, 1965

V

Me gustaría esta mañana hablar sobre el tiempo. Se trata de un problema bastante complejo, que necesita minuciosa indagación, y hace falta sutil penetración para hallar la verdad, o para terminar con el tiempo. Los más de nosotros, creo, estamos atormentados por el conflicto y la confusión que surgen en el vivir cotidiano de nuestras existencias. No hemos podido encontrar una salida de nuestra desdicha en los dos millones de años de la existencia humana. A pesar de los muchos avances técnicos, a pesar de las innumerables drogas y soporíferos, a pesar de los analistas, sacerdotes, salvadores, maestros y *gurus*, y a pesar de estas pláticas también, no parece que seamos capaces de desechar fácilmente nuestras acumulaciones, sin el menor esfuerzo, como la hoja se desprende del árbol en otoño y es llevada por el viento. Parece que no tenemos la capacidad, el «conocimiento práctico» para liberar la mente —o para que la mente se libere— de sus diversas marañas, de sus problemas conscientes o inconscientes, afanes, de sus desesperanzas no descubiertas y desdichas secretas; y creemos que el tiempo, el mañana multiplicado por mil, producirá de alguna manera un cambio milagroso.

Pues bien, yo creo que hay una manera de vivir distinta por completo, un modo de vivir que no tiene nada que ver con escapar, huir a monasterios o

tomar votos, o incorporarse a alguna particular actividad social, política o económica. Creo que hay una actitud diferente, un modo distinto de resolver las gigantescas dificultades de nuestra vida diaria; y desearía hablar sobre ello, si se me permite, y pediros que escuchéis, no para asentir ni disentir, sino sólo para escuchar calladamente, como escucháis ese avión que pasa sobre nosotros. Escuchad atentamente, pero sin esfuerzo, si ello es posible. Porque es bastante evidente que con la mera exploración intelectual, el examen y análisis, no vamos a poder resolver este problema de la desdicha humana. Durante muchos años, vidas, siglos, nos hemos estado esforzando en hallar una salida a nuestra desgracia por la disciplina, por el sacrificio, el control, el olvido de uno mismo y la identificación con algo que hemos llamado más grande. Hemos probado innumerables sistemas, seguido innumerables sendas, y sin embargo, al final de todo ello, seguimos como estábamos: amedrentados, con ansiedad, atormentados, llenos de pena. Tiene que haber, pues, una manera por completo distinta de abordar este problema.

Voy a caminar esta mañana, si puedo, hacia esta distinta actitud, no sólo de modo verbal o intelectual, porque en lo verbal o intelectual no puede uno entrar en este reino de claridad, ni puede uno hacerlo con ninguna clase de sentimiento o emocionalismo. Tiene uno que penetrar en él sin saberlo, sin esfuerzo, sin ninguna intención deliberada; y, si

queréis escuchar calladamente, tal vez podamos avanzar juntos. Mas, si vuestra indagación es sólo intelectual, analítica, entonces me temo que vos y yo perderemos nuestra comunicación, nuestra comunión de uno con el otro.

Tiene, pues, que haber una actitud del todo distinta ante este monstruoso modo de vivir, con sus guerras, su competencia, su terrible ambición de ser alguien, su constante batalla con el prójimo, con la sociedad; y, para comprenderlo, tiene uno que entrar en la cuestión de qué es la libertad. El otro día hemos hablado un poco sobre esto, pero es un tema inagotable, y, siendo inagotable, tenemos que llegar a él sin esfuerzo alguno, y ésta va a ser la tarea más difícil para cada uno de nosotros. Como veis, los más de nosotros no queremos libertad, porque no sabemos lo que es, y preferimos aguantar las cosas penosas, dolorosas que tenemos, en vez de abandonarlas, porque las cosas del futuro las desconocemos.

No sabemos lo que es la libertad. Tenemos una idea, mas la idea no es el hecho, y ninguna cantidad de experiencia o conocimiento llevará a la libertad. Como decía el otro día, la libertad requiere orden; y el orden producido en forma deliberada, de propósito, es desorden. El orden establecido por la voluntad es sólo una forma de resistencia, y con este llamado orden estamos muy familiarizados, porque el hombre se ha entregado a él durante siglos.

Donde haya libertad tiene que haber espacio. El espacio implica un sentido de soledad, de estar o ser solo. Esto no es una cosa mística, una mera abstracción, sino una realidad muy definida, tan definida como el hecho de que estéis sentados en esta tienda en Suiza.

No puede haber inmenso espacio en que pueda funcionar la mente, si ésta no se halla sola por completo. La soledad y el sentimiento de soledad son, seguramente, dos estados diferentes. Todos sabemos muy bien lo que es el sentimiento de soledad: la sensación de estar aislado, separado de todas las cosas, sin compañero, sin ninguna relación, aun cuando uno esté rodeado por su familia y haga una vida activa y próspera. A pesar de todo ello, viene una extraordinaria sensación de soledad que hemos descubierto los más de nosotros, o al menos aquellos de nosotros que hayamos inquirido sobre los caminos de la vida.

Pues bien, el sentimiento de soledad y la soledad son dos estados distintos. La soledad dolorosa es el resultado de la actividad cotidiana, en que la acción surge del centro o de la imagen. Ésta es en esencia un centro formado al desechar la pena y al no desechar el placer. Nuestros valores se basan en lo que nos va a dar placer, y no en el hecho real, no en lo que *es*.

Os ruego escuchéis lo que se está diciendo, no como escucharíais a uno de fuera, sino como escucharíais a uno con el cual estuvierais hablando so-

bre vos mismo. Al fin y al cabo, eso es lo que estamos haciendo aquí en todas estas conversaciones. Cada uno de nosotros está observándose, exponiéndose, no de modo neurótico, emotivo, sentimental, sino en la realidad. Cada uno de nosotros está descubriéndose a sí mismo y, por lo tanto, se está comprendiendo.

De modo que, mientras exista esta imagen, cuyos valores se basan en el placer, tiene que haber la sensación de soledad del centro que crea su propio espacio. El centro crea espacio alrededor de sí, en su relación con las personas, las cosas, las ideas; y este centro, que crea espacio en torno suyo, es sentimiento de soledad, un estado del que somos conscientes o inconscientes. El sentimiento de soledad es enteramente distinto del hecho de estar solo. Estar solo no es resultado de ninguna actividad de la mente.

La mente, al fin y al cabo, ha evolucionado a lo largo del tiempo. Ha crecido hasta su estado actual, como se han desarrollado los animales, por el cultivo de valores basados en el placer. Si habéis observado un animal, sabréis cómo se complace en el placer y elude toda forma de dolor. Del mismo modo, la mente humana, que se ha desarrollado a lo largo de muchos siglos, se basa aún, no en hechos, no en lo que *es,* sino en la valoración de lo que *es* con arreglo al placer. Una mente así quiere vivir continuamente en un estado de placer, y por lo tanto el espacio mismo que crea en torno a sí es su propia

limitación. La soledad real, por el contrario, no es producto del placer, en absoluto. Por consiguiente, debemos comprender de modo muy hondo toda esta cuestión del placer. No estoy diciendo que el placer esté bien o mal. Sólo señalo que si la mente lo valora todo en términos de placer, lo cual significa que hay un centro cuyos valores, juicios, conceptos, actividades, se basan todos en el placer, entonces ese centro mismo produce conflicto y contradicción; y, mientras haya contracción en su interior, toda acción por parte de la mente, y todas sus relaciones, tienen que crear más conflicto, más confusión.

Pues bien, si nos damos cuenta siquiera, puede ser que sepamos el modo de tratar un problema cuando surge. Es posible terminar con un problema si se le observa y no escapa uno de él, si está uno atento por completo a ese determinado problema. Si fumáis, por ejemplo, es posible darse cuenta del hábito hasta tal punto que se logre una crisis. Cuando el anhelo llega a su culminación, si percibís de modo total ese anhelo sin escapar de él, pronto se disuelve, se seca, desaparece. Si lo habéis probado sabréis que ello es así. ¿Qué significa, entonces, esto? Que hemos aprendido cierta estratagema, si puedo usar tal palabra: la manera de disolver un problema determinado. Pero tenemos muchísimos problemas, tanto conscientes como inconscientes.

(Personas que llegan tarde provocan una interrupción.)

Señores, éste es un tema muy difícil, y aquello en que vamos a penetrar juntos requiere vuestra plena atención, lo que significa que no puede haber perturbación. O, si hay perturbaciones, como el ruido de un avión que pasa, y ello os distrae, daos cuenta de vuestra inatención; y si percibís vuestra inatención, estaréis atentos. ¿Me seguís? No tratéis de forzaros a prestar atención, porque entonces no estaréis atentos. Mas, si percibís un ruido determinado: del río, del viento, de las personas que entran y salen, y si ello se interfiere en vuestra atención, entonces sed plenamente conscientes de ese ruido, de ese movimiento y de vuestra inatención. Así llegaréis, de modo natural, a estar atentos.

No sé bien por dónde iba, de modo que empezaré de nuevo.

Mirad, tenemos muchos problemas, tanto ocultos como abiertos, problemas con los cuales podemos comunicar, y otros con los que no podemos. Y ¿debemos penetrar, abrir, investigar, desarraigar todos los problemas? Eso implica tiempo, ¿no? Tenemos innumerables problemas: los económicos, los sociales, los de relación, los de pena, duda, incertidumbre, la exigencia de estar completamente seguros, etc. Pero ¿debemos tomar esos problemas uno cada vez, y comprenderlos, resolverlos? ¿Tenemos tiempo de tratar cada problema separadamente? ¿Qué se implica en ese proceso? Si tratamos de acometer cada problema de modo separado, necesitamos tiempo, energía, y hay una constante

batalla para percibir y no perderse ni un solo problema. ¿Qué pasa, pues? Nos decimos: «Los problemas nunca terminarán. No podré resolver antes de morir todos los que tengo, son demasiados», y así intentamos escapar a alguna tontería mística, fantástica, idiota. Lo mismo da prácticamente que fumemos marijuana que vayamos a la iglesia.

Pero puede haber un modo del todo distinto de mirar todos nuestros problemas, y en eso es en lo que quiero entrar. Tengo, digamos, diez problemas o más, y si tomo cada uno de ellos separadamente, debo comprender cada uno tan por completo que no se interfiera en mi comprensión del problema siguiente. ¿Seguís esto? Y sé muy bien que todos los problemas: económicos, sociales, personales, están interrelacionados. No hay problema separado, independiente de los otros. Veo eso. Y veo también que debo tener libertad de modo inmediato, no mañana, ni cuando esté a punto de morir, sino inmediatamente. Con intensidad, con impulso, con energía completa, tiene que haber un sentido de libertad, liberación de todos los problemas, porque ésa es la única libertad.

Libertad implica acción, *es* acción; no es que yo derive acción de la libertad. Pero los más de nosotros decimos: «Debo estar libre para actuar.» Decimos: «Debo estar libre para pensar lo que quiera, en lo político, económico, social», pero muy pocos de nosotros decimos: «En lo religioso tengo que ser libre», porque ahí estamos presos. Exigimos lo

que llamamos libertad, partiendo de la cual esperamos actuar; o, teniendo la llamada libertad, escogemos la manera de actuar. Si estamos cautivos de la tiranía de un sistema de partidos, de una dictadura en nombre del pueblo y todos esos tontos desatinos, entonces queremos libertad para actuar. Así, para la mayor parte de nosotros, la libertad es una cosa distinta de la acción. Mientras que yo digo que libertad *es* acción; y la acción entonces no se basa en una idea. Cuando la acción se basa en una idea, ello es una busca organizada de placer, ¿no es eso? Es el producto del deseo de satisfacción. Por ello, la acción basada en una idea es en realidad inacción que conduce al cautiverio, no a la libertad. Hay una acción que sólo es libertad cuando se libera uno de la acción basada en la idea, o cuando se comprende ésta última por completo.

Veo, pues, que libertad es acción, y que esa acción no es del tiempo. Y ¿es posible, no sólo disolver de modo inmediato los muchos problemas que tengo, sino también impedir que surjan otros nuevos? Hay dos cosas implicadas: tratar inmediatamente los problemas que ya tengo, e impedir que surjan otros, para que mi mente no se vea en ningún momento enmarañada en una red de problemas. Tan sólo entonces es cuando hay libertad; y la libertad es entonces acción.

Para comprender todo esto, tiene uno que comprender el tiempo. Tiempo es duración, una existencia continua. El tiempo tal como lo conocemos es

un movimiento de acá hacia allá. Tiempo es el intervalo entre un pensamiento y su realización por medio de la acción; es el aplazamiento de un problema, la laguna entre el surgir y el terminar de uno de ellos. Implica el tiempo un proceso gradual de acción que se espera acabe por resolver el problema. Utilizamos, pues, el tiempo como medio de logro, como un autor ambicioso que quiere realizarse mediante su sórdido librito, o gran libro, y que dice por tanto: «Debo tener tiempo para terminarlo.» Todos usamos el tiempo de este modo: como medio de conseguir, de cambiar, de cultivar cierta capacidad. Usamos el tiempo para producir felicidad, o una mejor relación, y todo lo demás.

Mas ¿qué está implicado en este proceso gradual? Mirad, todo problema está relacionado con otro, y si tratáis de resolver uno determinado de modo gradual, durante ese período entran en juego las tensiones, las influencias, las presiones de otros problemas, y complican más aún el problema primitivo; por eso nunca podéis resolver ninguno por un proceso gradual. ¿Lo estoy expresando claro?

Mirad, si el pensamiento intenta avanzar de aquí hacia allí a lo largo de un período de tiempo, surgen otras influencias, otros impulsos, otras causas que desvían el pensamiento; por lo tanto el pensamiento nunca llega a ese punto determinado. Y sin embargo eso es lo que estamos haciendo de modo continuo los más de nosotros. Utilizamos el tiempo como medio de lograr un resultado, de producir un

cambio fundamental en lo psicológico, y por ello nunca completamos nada, siempre estamos modificando y siendo modificados. Para mí, pues, el tiempo crea desorden, nunca puede producir orden. Si comprendo esto, no sólo en lo verbal, ni como un mero cuadro o imagen, sino si *es así* para mí, actúo inmediatamente. Si tengo hambre y tengo alimento, yo como. No hay retraso de la acción.

Pero si comprendo muy claro que el tiempo crea desorden, entonces ¿cómo voy a tratar todos los problemas que están relacionados de modo total uno con otro? ¿Comprendéis la pregunta? Veo con mucha claridad que el tiempo no tiene sentido, excepto en lo cronológico. El tiempo es necesario para adquirir conocimiento, etc., pero el tiempo carece de sentido en cualquier otra dirección. Y, sin embargo, tengo problemas que hay que tratar, problemas de los cuales puedo ser consciente o inconsciente. Sé que los míos no pueden resolverse de modo separado, que han de resolverse todos de una vez. Yo no puedo resolver mis problemas económicos aparte de los psicológicos sin crear aún otros más. De modo que los problemas han de ser resueltos de modo total, no fragmentario. No puedo resolverlos en una área determinada y luego pasar a otra área de problemas. Tienen que ser resueltos por completo. ¿Cómo se va a hacer esto? ¿Comprendéis?

Existe el problema de la vejez, la enfermedad y la muerte, el problema del sufrimiento, de la soledad dolorosa; existen los afanes, los tormentos, el

sentido de desesperanza. ¿Cómo vais a tratarlo todo ello? Si no sabéis como tratarlo de modo inmediato, dependéis del tiempo para producir un cambio, y entonces sois atormentados hasta que morís. Os enfrentáis ahora con una cuestión a la que nadie puede daros respuesta; ningún libro, filósofo, maestro, iglesia, puede deciros lo que debéis hacer. Si otro os lo dice y lo seguís, entonces estáis perdidos, estáis de nuevo en la perturbación y el conflicto. Como no hay nadie que os lo diga, ¿qué vais a hacer?

En una situación de esta clase, ¿no detenéis toda actividad de la mente? Habéis mirado en todas direcciones, habéis tratado de resolver este único problema fundamental de diez modos distintos, y aun os enfrentáis con él. ¿Qué vais a hacer? Seguramente que ahora sólo es posible un estado de mente. Como no conocéis la respuesta, como no sabéis qué hacer, la mente detiene por completo todas sus actividades. No sabéis qué hacer, pero tenéis que hallar una salida. Los libros y todos esos desatinos han sido desechados. Os encaráis con este problema; ¿qué vais a hacer con él? Sabéis que no podéis volver a lo viejo. Os enfrentáis con una cuestión positiva, y toda actitud positiva ante ello es cosa de tiempo; por eso vuestra mente ha de volverse por completo negativa. ¿Sabéis lo que quiero decir al hablar de actitud negativa y positiva? La actitud positiva es el proceso del análisis, examen, preguntar, rasgar en trozos, seguir, destruir; y habéis hecho todo eso. Habéis ido a esta iglesia o a la otra, ha-

béis seguido este o aquel *guru*, sacerdote o filósofo; habéis leído ciertos libros, practicado determinado sistema; y ahora habéis desechado toda esa actividad positiva. Por eso vuestra mente, al enfrentarse con esta cuestión fundamental, se halla en estado de negación, ¿no es así? Negación en el sentido de que no espera una respuesta, que no busca una salida a dicha cuestión.

Seguir esto, os lo ruego. Si podéis comprenderlo, podréis resolver en un momento todos vuestros problemas.

Habiendo inquirido, analizado, habiendo andado errante, probado todos los medios positivos, seguido los diversos senderos, sin haber encontrado respuesta alguna, tenéis ahora por completo la mente en estado de negación. No está esperando una respuesta, no tiene esperanza, expectación de que alguien os la diga. ¿No es eso? Por favor, no asintáis.

¡Por Dios, no os mostréis conforme! Ahora, cuando tenéis la mente en ese estado de negación completa, podéis abordar en forma nueva todos vuestros problemas, y entonces hallaréis que pueden resolverse de manera total y completa; porque ha sido la mente misma la que ha estado creando el problema. La mente ha estado tratando cada problema como una cuestión separada, fragmentaria, esperando por ello resolverlo. Pero cuando la mente está en completa calma, en percepción negativa, no tiene problemas en absoluto. No creáis que no surgirán problemas: ello es inevitable; pero a medida

que surjan, la mente puede tratarlos de modo inmediato. ¿Comprendéis?

Bien mirado, ¿qué es un problema? Cuando hay una crisis, un reto al que la mente no puede hacer frente de modo total, entonces es cuando surge un problema, ¿no? Hay una respuesta inadecuada a un reto, y eso produce un problema.

Os ruego sigáis esto, es muy interesante. Los más de nosotros necesitamos retos, porque si no nos quedaríamos dormidos. Tenemos el Mercado Común que De Gaulle trata de destrozar: ése es un reto. Los acontecimientos que se están produciendo en Argelia, en el Vietnam, etc., son todos ellos retos, y debemos hallar una respuesta adecuada. Si no hay respuesta adecuada, entonces la respuesta inadecuada crea un problema, *porque* es inadecuada. Todo el tiempo se nos están lanzando retos, de modo consciente o inconsciente, y sin ellos nos echaríamos a dormir la mayoría de nosotros. O estamos tan cansados, agotados, que no queremos desafíos, y así escapamos de ellos viviendo en algún mundo místico ideado por nosotros mismos.

Mas, si veis este proceso de reto y respuesta, y percibís la necesidad de mantener despierta la mente, entonces veréis también que puede tenerse despierta sin ningún reto exterior en absoluto. Esto requiere una gran intensidad; y una vez que despertéis esa intensidad, ya no dependéis entonces del reto de De Gaulle, de Argelia, del Vietnam, de la tiranía comunista o lo que sea; no dependéis de

ningún reto exterior para tener despierta la mente, porque percibís toda la cuestión del reto y la respuesta, y veis que es lo inadecuado de la respuesta lo que crea el problema. Entonces, habiendo rechazado el reto exterior, y por estar vuestra mente muchísimo más despierta que nunca, ella crea su propio reto. ¿Seguís esto? Ese reto interno es mucho más grande que cualquiera externo, porque vuestra mente está siendo interrogada por sus propias dudas, su indagación; la impulsa a preguntar, a mirar su propia energía. Y si la mente ha pasado por estas dos clases de reto y ha respondido de manera adecuada, entonces podrá estar despierta sin ningún reto en absoluto. Aquello que está claro, lo que es luz, carece de reto: es lo que es. Pero si os limitáis a decir: «Bueno, he logrado ese estado, se ha convertido en parte de mi naturaleza», entonces me temo que tengamos que empezarlo todo de nuevo por el principio.

La mente que se halla en estado de completa negación porque ha comprendido todo el proceso del seguimiento, la negativa, la aceptación, el proceso de indagación positiva, afirmaciones positivas, sólo una mente así es aquella cuya acción es libertad y que, por lo tanto, carece de problemas.

Me sorprende que parezcáis aceptar todo lo que se ha dicho. Tal vez no lo aceptáis ni negáis, sino que es simplemente que no habéis pensado sobre ello. Seguramente que os estáis preguntando: «¿De qué diablos estará hablando? ¿Cómo puedo vivir, hacer, ser, sin una fórmula, sin un concepto, sin un

futuro? ¿Cómo puedo actuar sin idea?» ¿No os preguntáis eso? Porque vuestra acción actualmente se basa en una fórmula de lo que deberíais hacer. Vuestra acción se basa en una técnica, o en las diversas experiencias que habéis acumulado en forma de recuerdo, que entonces se convierte en acción. Pero el que habla está diciendo que en tanto que vuestra acción sea el resultado de una idea, tendréis una contradicción, y por lo tanto pena, desdicha. ¡Pero os limitáis a escuchar y aceptarlo! No me decís: «Mirad, ¿qué debo hacer?».

Conozco de qué manera actúo, de qué modo vivo. Me doy cuenta de que quiero ser famoso. Si escribo un libro, me siento frustrado en caso de que el libro no sea reconocido. Si me habéis insultado, estoy atascado con todos los recuerdos de esa experiencia; y ¿cómo los voy a dejar de lado? Del mismo modo, si me habéis encantado adulándome, tendré como resultado ciertas ideas sobre vos, y actuaré con arreglo a esas ideas.

Pero ¿es posible que alguna vez la mente se libre de la idea y, por consiguiente, se encuentre siempre en estado de acción? ¿Seguís esto? En vez de haber idea y luego acción, ¿puede la mente hallarse siempre en estado de acción completa? Seguramente que no podrá estar en estado de completa acción si no se halla en estado de negación.

Al fin y al cabo, uno quiere vivir con gran sensibilidad e inteligencia; y ambas son lo mismo: ser por completo sensible es ser inteligente por comple-

to. Y ¿puede uno ser tan inteligente en la vida que viva sin conflictos, sin desdichas, sin esfuerzo? Seguramente que, para ser tan enormemente inteligente y sensible como todo eso, no tiene que haber intervalo entre idea y acción. Si existe intervalo entre idea y acción, entonces, en ese intervalo, que es el tiempo, habrá conflicto, y por consiguiente el deterioro de la energía. Si esto lo comprendéis de manera real, profunda, veréis entonces que vuestra mente se halla en estado de acción completa todo el tiempo. La inacción de una mente así es acción completa. La mente puede ser activa, y también darse cuenta de su inacción; mas su inacción no es inatención. La mente es capaz de vivir, trabajar, actuar, sin intervalo entre idea y acción, tan sólo cuando ha comprendido todo este proceso de engendrar problemas por la experiencia, por la inadecuada respuesta al reto, y todo lo demás. Una mente así está completamente sola, cosa que no tiene nada en absoluto que ver con el sentimiento de soledad o el aislamiento. Y sólo es libre la mente que esté sola por completo.

20 de julio, 1965

VI

Me parece que es muy raro que nos hagamos una pregunta fundamental, y, cuando lo hacemos, en general la contestamos con arreglo a nuestro

particular gusto, capricho o creencia, y por lo tanto nunca es contestada la pregunta original: la esencial, fundamental. Respondemos a ella en términos de una religión particular, o una determinada rama de conocimientos, o con arreglo a algún concepto mítico, teológico de la vida. Y creo que no sólo tenemos que hacernos preguntas fundamentales, sino también tratar de descubrir las respuestas verdaderas, originales.

Esta mañana me gustaría hablar sobre el ajuste; es decir, quisiera descubrir si hay algo original, algo que esté libre de ajuste y que no sea una mera abstracción, no simplemene una idea, sino tan efectivo como cualquier hecho de la vida diaria. Así es que la pregunta fundamental que nos estamos haciendo a nosotros mismos es ésta: ¿Hasta qué punto puede terminar la conformidad (el ajuste)? ¿Es posible acabar del todo con la conformidad y dejar por ello que lo original sea? Creo que ésta es una pregunta fundamental, porque los más de nosotros nos ajustamos interminablemente. Nos amoldamos a un patrón determinado, a un molde ideológico establecido, ya sea impuesto por la sociedad, por las presiones económicas, sociales o del ambiente, o por nuestra propia experiencia. Siempre estamos moldeándonos, de uno u otro modo. Creo que éste es un hecho evidente. Y ¿puede terminar este proceso de conformidad tan arraigado y que es consciente tanto como inconsciente?

Seguramente que sólo cuando estamos libres de conformidad es cuando podemos descubrir por nosotros mismos qué es lo original, lo esencial, lo ver-

dadero; y, si no hallamos eso por nosotros mismos, estaremos siempre haciendo una vida contrahecha, de segunda mano, una vida de imitación. Por eso me parece una válida y fundamental pregunta para hacernos a nosotros mismos, la de si el ajuste puede terminar alguna vez. Al decir conformidad me refiero al proceso en el cual el pensador y el pensamiento siempre se están amoldando a un patrón, siempre imitando, repitiendo, siempre acatando una idea, un concepto, una creencia, un dogma, siempre ajustándose a una norma o ideal particular en la relación humana. Semejante ajuste es la norma de nuestra vida, es el modelo cotidiano de nuestra existencia; y ahora nos estamos preguntando si esa conformidad puede terminar. Y deberíamos también preguntarnos si la terminación de la conformidad crea desorden y por ello *tenemos que* conformarnos; o si, con la terminación de tal conformidad, hay el descubrimiento de algo que sea del todo original, no contrahecho, no de segunda mano.

La mayor parte de nuestras vidas son de segunda mano. No sabemos por nosotros mismos qué es lo original, ni siquiera si existe eso que puede llamarse así. Para mí, la palabra está mal usada de ordinario. Hablamos de un escrito, un cuadro, una manera «original» de pensar o de expresarse; decimos que un autor ha escrito un libro «original». No creo que la palabra esté adecuadamente usada en tales cosas. Existe un algo original que ha sido buscado siempre por la religión en todo el mundo, por muy organizada, repetitiva, por muy estúpidamente

ritualista que se haya vuelto. Pero, prescindiendo del todo de la religión organizada, con su dogmatismo y compleja teología, con sus absurdas ceremonias y todos los demás desatinos, prescindiendo de todo eso, ¿podéis y puedo yo, como seres humanos que vivimos en este mundo, rodeados por todas las complejidades de la existencia moderna, descubrir por nosotros mismos algo que sea realmente original? De lo contrario, la vida se vuelve terriblemente monótona, una fastidiosa rutina que tiene muy poco significado.

Así, esta mañana desearía, si puedo, entrar en esta cuestión de la conformidad, en la cual hay, implicada, imitación, moldeo del pensamiento con arreglo a cierto modelo impuesto por la sociedad o elaborado por nuestra propia experiencia, y por ello sin acercarse nunca al original. Cuando utilizo la palabra «conformidad» *todo* eso está implicado: el proceso de falsificación, el deseo de conformarse a un modelo particular, de imitar, aceptar, obedecer.

Pues bien, ante todo, ¿nos damos plena cuenta de este proceso de ajuste que se desarrolla dentro de cada uno de nosotros, tanto si nos conformamos al pasado, como a un concepto actual o a algún ideal o utopía del futuro? Y si nos damos cuenta de ello, entonces, ¿no deberíamos preguntarnos si es posible terminar con esta conformidad? Seguramente que para estar libres de todo el proceso de conflicto, esfuerzo, tenemos primero que comprender la conformidad y librarnos de ella; y como el esfuerzo implica conformidad, tenemos que descubrir si es posible vivir en este mundo sin ella, y

por tanto sin esfuerzo. Puede uno ver que cuanto más esfuerzo hace, tanto mayor conflicto y confusión hay, y en consecuencia tanto mayor dolor, pena. Tenemos, pues, que descubrir si es posible vivir sin esfuerzo, es decir, vivir de modo original, y por lo tanto, estar libre de toda conformidad.

Pero a fin de llegar a ese punto, creo que antes tiene uno que percibir —cosa que parece tan clara— la naturaleza de una mente que se ajusta. ¿Por qué nos ajustamos siquiera? Os ruego tengáis en cuenta que cuando uso la palabra «conformarse» («ajustarse»), me refiero a falsificar, imitar, obedecer autoridad, ajustarse a un modelo; todo eso está implicado. Así que, ¿por qué nos ajustamos? El ajuste implica esfuerzo, ¿no? Y, cuando hay esfuerzo en cualquier relación, no existe tal relación. Si me esfuerzo en ser bondadoso, afectuoso, o en ser cortés para con vos, ello no tiene sentido. La bondad, la afabilidad y el afecto surgen de un estado mental en el que no hay esfuerzo; y para comprender ese estado mental, tiene uno que comprender de modo fundamental esta cuestión de la conformidad o ajuste.

Se conforma uno de modo natural a ciertas cosas externas, superficiales, mas no es eso lo que estamos discutiendo. Yo me ajusto aquí cuando me pongo esta clase de ropa, mientras que en la India me ajusto de otro modo, me pongo otra cosa. Cuando conduzco un automóvil, me conformo manteniéndome al lado derecho de la carretera aquí, y al lado izquierdo en Inglaterra. Me ajusto en cierto modo cuando tengo que echar al correo una carta, etc.

Pero ¿tengo que conformarme al veneno del na-

cionalismo? ¿Debo ajustarme a un particular patrón de existencia, a una manera particular de pensar que la sociedad trata de imponerme y por medio de la cual mi mente es moldeada por la religión organizada, por influencias económicas y sociales? De modo que, si quiero hacer una vida en que se establezca la acertada relación, conducta, comportamiento, tengo que descubrir si es posible vivir sin esfuerzo; porque, donde haya esfuerzo, todo eso se niega.

Donde haya esfuerzo, tiene que haber conformidad consciente o inconsciente. Eso lo veo. Puedo verlo de modo verbal, intelectual, pero eso es demasiado cómodo, tiene muy poco sentido. Tengo que percibirlo en mí mismo. ¿Me doy cuenta, en mis actividades diarias, en mi cotidiana relación con mi familia, mis amigos, de hasta qué punto me ajusto? El darme cuenta de ello significa saber que, *en efecto*, me ajusto, saberlo no en la mera superficie, sino muy hondamente; porque está en la naturaleza misma de lo inconsciente el conformarse, y uno tiene que percibirlo. Al hablar juntos esta mañana, el orador puede percibir la conformidad, pero esa percepción llega a ser inútil si vos no percibís también vuestra propia conformidad inconsciente. Tenéis que daros cuenta, no simplemente de vuestros ajustes a cosas superficiales, sino también de vuestra conformidad de profundas raíces.

Como hemos visto, la conformidad implica esfuerzo, y donde haya esfuerzo no habrá verdadera relación de ninguna clase, sino sólo imitación y una clase de vida de segunda mano. Se da uno cuenta de esto, que es muy evidente. Luego se pregunta

uno si es posible librarse del todo de la causa profunda de la conformidad. ¿Comprendéis? En lo superficial, tenemos que conformarnos a ciertas cosas. Tenéis que sentaros ahí, y yo tengo que hacerlo aquí, desgraciadamente. Tenemos què ponernos este o aquella prenda de ropa, etc. En lo muy superficial, es necesario ajustarse. Mas, para investigar esta cuestión de la conformidad en el hondo sentido psicológico, y para hallar la acertada respuesta —no una respuesta a nuestro gusto, o según un particular concepto, fórmula o dogma religioso, que no es respuesta alguna y que llega a ser tan por completo carente de sentido y estúpida— tiene uno que investigar la cuestión del miedo. Tenemos miedo, y por eso nos ajustamos. ¿Se ajustaría uno si no tuviera temor de ninguna clase?

Ve uno, pues, por qué se conforma, imita, se ajusta. En lo superficial, puede ser necesaria cierta conformidad, y tal vez *es* necesaria. Pero, en lo profundo, dentro de la piel, como si dijéramos, nos ajustamos porque tememos no hacer la cosa acertada, equivocarnos, no vivir una vida completa, no hallar la realidad, Dios y todo lo demás. Así es que en todos nosotros está la raíz del miedo, y creo muy importante comprender este hecho antes de que tratemos de responder a la pregunta sobre si es posible terminar con toda conformidad.

No sé si habéis experimentado alguna vez en realidad el temor. Prescindiendo del miedo instintivo que surge al encararnos con un peligro material de alguna clase, ¿habéis visto alguna vez lo que es tener miedo? Es en general una idea lo que os infunde miedo, ¿no? O más bien, es la idea la que

crea el miedo. ¿Comprendéis? Me da miedo, por ejemplo, de lo que podáis pensar de mí. Ese es un ejemplo de una idea que crea miedo; y, cuando una idea crea temor, no estoy en relación con el hecho mismo del miedo. ¿Me estáis siguiendo? ¿Lo estoy expresando con claridad?

Ya sabéis, una idea puede provocar temor; y, en los más de nosotros, es la idea la que causa miedo. El concepto de lo que puede traer el mañana provoca temor, con el resultado de que el concepto llega a ser mucho más importante que el hecho efectivo del miedo. Tratamos pues de cambiar el concepto, la idea, la causa, y nunca estamos directamente en relación con el miedo mismo. Nos atemoriza una idea, un concepto; o bien está uno en contacto inmediato con el miedo, y *no* por medio de una idea. Pero ¿es que *hay miedo* sin idea?

Por favor, no os limitéis a escucharme; no aceptéis ni rechacéis lo que se está diciendo, sino avanzad realmente a través de esto conmigo. Los más de nosotros tenemos nuestros propios temores peculiares, y es una *idea* lo que los crea. Tal vez teméis perder a vuestro marido, vuestra esposa, vuestro empleo; puede ser que os dé miedo de lo que pasará mañana, miedo de caer enfermo otra vez, etc. Todas éstas son ideas. Tenemos, pues, que descubrir si es siempre una idea lo que crea temor, o si hay temor independiente de la idea. ¿*Existe* temor independiente de la idea? Hasta que no descubra yo eso, no es posible que comprenda esta cuestión de la conformidad.

¿Estáis siguiendo esto? No es en realidad muy intrincado, pero requiere atención y penetración.

Veo que no hay miedo sin idea. Veo que el pensamiento crea miedo y que éste en sí mismo no existe; tengo pues que descubrir por qué el pensamiento, la idea, crean miedo. ¿Me expreso claramente?

¿Crea temor el pensamiento? ¿O es que el pensamiento, habiendo creado el pensador, crea luego el temor? Seguramente que el pensamiento en sí mismo no cra temor. Éste surge cuando hay un pensador separado del pensamiento, un pensador que se está ajustando y que por ello crea miedo.

Vamos a mirarlo de modo distinto. Existe el censor, el observador, aparte de la cosa censurada, observada; existe el experimentador aparte de la experiencia, el pensador aparte del pensamiento. Y el pensar es lo que ha creado al pensador, porque sin pensar no habría pensador.

Por favor, esto no es alguna caprichosa teoría o mística filosofía, no es nada en absoluto de esta clase. Nos limitamos a observar nuestra propia vida cotidiana. El pensador es la idea, el recuerdo de dolores y placeres, el haz de memorias, que responde, cuando hay un reto, en términos de pensamiento y acción. Veo, pues, como tenéis que verlo vos también, que el pensador es el centro de ideas basadas en la busca de placer y la evitación de dolor. Es el que origina todo esfuerzo para ajustarse, y ese esfuerzo se basa en el miedo. Mientras éste exista, habrá el impulso a conformar, y así tiene que haber esfuerzo. El esfuerzo es, pues, siempre la pugna por imitar, por llegar a ser, moldear, ajustarse a un modelo, y todo esfuerzo así se basa, evidentemente, en el miedo. Tiene, pues, muy escaso sentido el li-

mitarse a cultivar el valor, que forma parte del esfuerzo para llegar a ser algo. Mas, cuando uno comprende todo este edificio del temor, entonces se encara con un problema muy distinto.

Mientras haya un pensador separado del pensamiento tiene que haber no sólo miedo, sino también esfuerzo basado en el impulso a conformar; y cuando uno se da cuenta de eso, ¿es posible pensar sin crear al pensador? ¿Me seguís? ¿Significa esto algo, o no es más que una serie de palabras que se juntan unas a otras? Veo que todos estáis confusos sobre esto, señores; vamos pues a empezar de nuevo.

Ve uno que toda su vida es una rutina, una conformidad, una repetición, y que por lo tanto es un fastidio. Percibe este hecho. Entonces se pregunta: ¿Puede terminar toda esta conformidad, no en lo último, al tiempo de la muerte, sino mientras uno está viviendo? Para investigar esto, se tiene que descubrir cuál es la naturaleza de la conformidad y por qué siempre se ajusta la mente a una experiencia pasada o a una norma actual de acción o a algún ideal futuro. La conformidad, como hemos visto, implica imitación, repetición, ajuste y todo lo demás. Veo que donde haya conformidad, tiene que haber esfuerzo; y donde haya esfuerzo para conformar (o ajustar) en la relación, cesa toda relación. Mi vida es una constante repetición, un incesante esfuerzo para conformar, y por lo tanto no hay relación en absoluto. Tengo, pues, que descubrir si es posible terminar con el esfuerzo de la conformidad, y por consiguiente, tener relación (humana). Mas, para descubrir lo implicado en el cese de este esfuerzo, tengo primero que descubrir si puede ter-

minar de modo total, y no sólo parcial, el temor, del cual puede uno ser consciente o inconsciente. Esto significa que mi mente tiene que indagar en las profundidades de lo inconsciente.

Pero ¿es capaz la mente consciente de inquirir sobre algo a lo que nunca ha tocado? Ya sabéis que hay expertos: Freud, Jung y otros muchos, que han descrito el inconsciente, atribuyéndole diversas características; pero si uno llega a darse cuenta de sus propias actividades internas, no necesita para nada acudir a los expertos. Está bastante claro que lo inconsciente es el residuo de lo pasado; y éste incluye los recuerdos heredados tanto como los adquiridos. Existen los recuerdos familiares, los raciales, los comunales. La existencia total del hombre, de dos millones de años o más, está toda ella en lo inconsciente. Y ese subconsciente forma parte de nuestro miedo. Puede ser que yo no me dé cuenta de temer nada, pero en lo profundo me dan miedo muchas cosas. Puede ser que haya racionalizado la muerte con toda belleza, pero en lo muy hondo sigue existiendo este miedo extraordinario de llegar al fin. De modo que en lo inconsciente hay temor; y para comprender, tenéis que llegar a él, no de modo consciente, deliberado, sino con sensibilidad, de refresco, con viveza, intensidad. Dicho de otro modo, tenéis que llegar a ello con afecto, con amor, porque ése es el único modo de poder comprender cualquier cosa.

¿Es, pues, posible terminar con todo temor? Puede uno temer la oscuridad, o el tropezar de repente con un reptil, o encontrarse con algún animal salvaje, o caer por un precipicio. Es natural y sano

querer apartarse de un autobús que llega, por ejemplo, pero hay otras muchas formas del miedo. Por eso tiene uno que penetrar en esta cuestión de si la idea es más importante que el hecho, *lo que es*. Si uno mira lo que *es*, el hecho y no la idea, entonces verá que es sólo la idea, el concepto del futuro, del mañana, lo que está creando temor. No es el hecho el que lo crea.

La conformidad, el ajuste y la adaptabilidad son necesarios en lo superficial; pero en lo interno, en lo hondo, la conformidad produce esfuerzo y por ello imitación. Mientras la mente esté imitando, esforzándose en conformar, se estará aislando; por ello no tiene relación y únicamente engendra mayor miedo.

Bueno, he analizado un poco esto. Podría uno profundizar mucho más, con más detalle y extensión, pero hemos tocado ya, más o menos, los hechos importantes. Sin embargo, la descripción no es el hecho real. La palabra no es la cosa. Cuando tenéis hambre, os puedo describir el alimento, pero es evidente que las palabras no son el alimento. Del mismo modo, tiene uno que estar en contacto directo con toda esta cuestión, no sólo en lo verbal, sino en la realidad, y entonces empieza a descubrir lo que es la libertad, que *no* es conformidad. Empieza uno a descubrir por sí mismo que, mientras exista el pensador aparte del pensamiento, tiene que haber temor, esfuerzo, conformidad. Entonces el esfuerzo *es* conformidad. ¿Y es posible —os ruego escuchéis esto—, es posible solamente pensar, sin crear el pensador? ¿Es posible pensar de manera intensa, razonable, cuerda, lógica, sin el pensador, cuyos va-

lores, ideas, conceptos, se basan todos sobre el placer, por lo que empieza todo el proceso de esfuerzo e imitación? ¿Es posible pensar sólo cuando es necesario, no en otro caso? Es decir, ¿puede uno pensar sólo cuando se hace una pregunta, y estar el resto del tiempo en un completo estado de negación, que es el estado más positivo?

¿Me estoy explicando claro? Os ruego que no asintáis. Es muy difícil inquirir en esta cuestión, o entrar en ella tanteando. No podéis limitaros a decir: «Estoy conforme con eso», cosa que carece de sentido.

Es el centro, como pensador, censor, el que produce tiempo, y por ello el centro es el origen del desorden. No es el pensamiento el creador del desorden, sino el centro, el censor, el pensador que ha sido construido a lo largo del tiempo; mientras exista este censor, este centro, este autor del esfuerzo, no podéis terminar con el temor, hagáis lo que hagáis.

Así es que, para una mente agobiada por el miedo, la conformidad, el pensador, no puede haber comprensión de lo que puede llamarse lo original. Y la mente reclama conocer esto. Hemos dicho que es Dios, pero ésa es también una palabra inventada por los seres humanos en su temor, en su desdicha, en su deseo de escapar de la vida. Cuando la mente humana está libre de todo temor, entonces pide conocer lo que es lo original, no está buscando su propio placer, ni medios de escapar, y por ello, en esa indagación, cesa toda autoridad. ¿Comprendéis? La autoridad del que habla, la de la iglesia, de la opinión, del conocimiento, de la experiencia, la de

lo que dice la gente, todo eso termina por completo, y no hay obediencia. Tan sólo una mente así es la que puede descubrir por sí misma lo que es lo original: descubrirlo, no como una mente individual, sino como un ser humano total. No existe en absoluto la «mente» individual; todos estamos en relación total. Por favor, comprended esto. La mente no es algo que esté separado; es una mente total. *Todos* estamos ajustándonos, *todos* tenemos miedo, *todos* estamos escapando. Y para comprender —no como individuo, sino como ser humano total— lo que es lo original, tiene que comprender la totalidad de la desdicha humana, todos los conceptos, las fórmulas que ha inventado el hombre a lo largo de los siglos. Sólo cuando estáis libre de todo esto es cuando podéis descubrir si *existe* un algo original. De lo contrario somos seres humanos de segunda mano; y , como somos seres humanos de segunda mano, falsificados, no termina el dolor moral. De modo que la terminación del dolor es en esencia el principio de lo original. Mas la comprensión que produce la terminación del dolor no es simplemente una comprensión de vuestra pena particular, o de la mía, porque la vuestra y la mía están relacionadas con la pena total de la humanidad. ¿Comprendéis? Esto no es mero sentimiento o emocionalismo; es un hecho efectivo, brutal. Cuando comprendemos toda la estructura del dolor y por ello producimos la terminación de éste, hay entonces una posibilidad de llegar a ese extraño algo que es el origen de toda vida: no en un tubo de ensayo, como lo descubre el hombre de ciencia, sino que viene a la existencia esa extraña energía que siempre está esta-

llando. Esa energía no tiene movimiento en dirección alguna, y por ello hace explosión.

(*Pausa.*)

Señores, como no parecéis inclinados a hacer preguntas, ¿me permitís que *os* haga una yo? ¿Habéis experimentado alguna vez con lo de acumular toda vuestra energía —física, emotiva, mental, visual, toda forma de energía— y estar plenamente en quietud con ella? ¿Comprendéis? Como sabéis, cuando la energía tiene movimiento en cualquier dirección, se está disipando. Pero cuando toda nuestra energía está en calma completa, hay un movimiento que es original y, por lo tanto, explosivo. ¿Captáis esto? Probad alguna vez a ver si podéis hacerlo. Pero ello requiere mucha inteligencia, una tremenda percepción, no es una simple cuestión de placer y dolor. Si podéis concentrar toda vuestra energía sin esfuerzo, la mente estará entonces llena por completo de ella, sin roce de ninguna clase. Entonces hay una explosión, y en esa explosión está lo original.

22 de julio, 1965

VII

En un mundo extraordinariamente cambiante, en un mundo de revoluciones científicas, de presiones económicas y guerras inminentes, me parece que nuestras propias vidas tienen que sufrir un cambio

enorme. El cambio que hace falta no se limita a lo exterior, no es simplemente cosa de adquirir cada vez más y mejor alimento, ropas y albergues, sino que es necesario descubrir lo que uno necesita en realidad, prescindiendo del alimento, las ropas y el albergue. La vida en el mundo moderno se va volviendo complicadísima, y por ello tiene uno que simplificar extraordinariamente la propia vida humana; y esa sencillez requiere mucha inteligencia. Como ser humano que vive en este mundo cambiante, en el que hay toda clase de presiones, ansiedad, trastorno, dolor, me parece que tiene uno que descubrir por sí mismo qué es lo que en realidad necesita.

Pues bien, al enfrentarse con esta cuestión, cada persona dirá lo que son sus necesidades con arreglo a su particular temperamento, posición económica, prestigio social, etc. Mas yo creo que, para descubrir lo que uno necesita, ha de tener paz. No es que uno descubra primero lo que necesita, sino más bien que ante todo debe uno tener paz. Los más de nosotros la queremos en lo exterior, en todas nuestras relaciones, pero yo creo que la paz empieza en alguna otra cosa, no en lo exterior, y que sin ella nada puede prosperar, nada puede florecer.

La paz no es una huida del mundo, de nuestras actividades cotidianas, sino que más bien tiene uno que descubrir lo que es aquélla mientras viva efectivamente en este mundo. Como ser humano que vive en un mundo en confusión, contradictorio, que sufre, ¿con qué profundidad reclama uno paz? Seguramente que nuestra manera de vivir, de conducirnos, la naturaleza de nuestras actividades diarias, producirán paz de modo espontáneo, si es que la

queremos. Mas me temo que muy pocos de nosotros la queremos; y cuando efectivamente queremos paz, lo que realmente deseamos es seguridad, consuelo, un estado en que no se nos perturbe nada. Está claro que no podemos seguir como estamos, con esta manera de pensar, de obrar; no es posible que sigamos de la forma en que vamos ahora. O va a haber un terrible estallido, o los seres humanos despertarán a una manera distinta de pensar, un modo diferente de vivir.

Y de eso es de lo que quisiera hablar esta mañana. Como seres humanos relacionados de modo total con todos los demás seres humanos, y viviendo en el mundo efectivo de los acontecimientos diarios, ¿podemos descubrir por nosotros mismos una manera distinta de vivir, un modo diferente de pensar, de obrar? Para descubrir eso, tiene uno que investigar el estado real en que vivimos ahora como seres humanos; tiene uno que ser consciente del movimiento cotidiano de nuestra propia vida, no como una teoría, no como un concepto, sino como un hecho real. Y no sólo tiene uno que ser consciente de eso, sino que tiene que terminar con el dolor; porque una mente apenada no puede pensar con claridad, no puede ver claro. La terminación de la pena es el principio de la sabiduría, y sólo en la sabiduría es donde nace una cosa nueva.

Así que debe uno inquirir de modo muy hondo sobre la terminación del dolor; porque, si podemos acabar con él, habremos resuelto todos nuestros problemas. Para los más de nosotros, si es que estamos siquiera despiertos a algo en la vida, ésa es la única exigencia central: cómo acabar con el dolor, para

que pueda iniciarse un nuevo principio. Creo que ésa es una pregunta fundamental que tiene uno que hacerse a sí mismo. ¿Es posible de alguna manera que un ser humano acabe del todo con la pena, y no escape del mundo de la realidad, del mundo de las actividades diarias? ¿Puede uno estar totalmente libre de dolor, sin limitarse a eludirlo por medio de drogas, creencias religiosas, conceptos filosóficos, o por medio de alguna especie de inclinación mística de la propia mente, que le dé a uno satisfacción completa, pues eso es también una evasión de la realidad?

Así que, viviendo en este mundo, viviendo nuestra diaria vida de relación, debemos descubrir si es posible acabar por completo con el dolor moral. En lo consciente, podemos racionalizar la pena, podemos ver sus causas; pero la mera racionalización no acaba con el dolor. Este es aflicción, incertidumbre, el sentimiento de soledad completa. Hay la pena de la muerte, la de no poder realizarse uno mismo, el dolor de no ser reconocido, el de amar y no ser amado a cambio. Hay innumerables formas de dolor; y me parece que sin comprenderlo, no hay modo de acabar con el conflicto, la desdicha, el afán cotidiano de la corrupción y el deterioro.

Me parece que ésta es una de las cuestiones fundamentales que uno ha de plantearse y a las que ha de encontrar respuesta. Existe la pena consciente, y también la inconsciente, la que parece no tener base, ni causa inmediata. Los más de nosotros conocemos el dolor consciente, y sabemos también cómo hacerle frente. O escapamos de él mediante la creencia religiosa, o bien lo racionalizamos o tomamos

alguna clase de droga, intelectual o física; o nos quedamos pasmados con palabras, con diversiones, con entretenimientos superficiales. Hacemos todo esto, y sin embargo no podemos desprendernos de la pena consciente.

Luego hay la pena inconsciente, que hemos heredado a lo largo de los siglos. El hombre siempre ha tratado de vencer esta cosa extraordinaria llamada dolor, aflicción, desdicha; mas, aunque seamos superficialmente felices y tengamos todo lo que queremos, en lo hondo de lo inconsciente están todavía las raíces de la pena. De modo que cuando hablamos sobre la terminación del dolor, nos referimos a la terminación de *todo* dolor, tanto consciente como inconsciente.

Para acabar con el dolor, tiene uno que tener una mente muy clara, muy sencilla. La sencillez no es una mera idea. Para ser sencillo hace falta mucha inteligencia y sensibilidad. Creemos que ser sencillo es volver a la naturaleza, o tener sólo una o dos prendas de vestir, o hacer muy pocas comidas y tener sólo el albergue suficiente. Estamos familiarizados con toda la ostentación exterior de sencillez, pero no sé si hemos pensado siquiera alguna vez en realidad sobre esta cuestión. ¿Qué significa tener mucha claridad, ser muy sencillo?

Bien, distingamos ahora entre lo que entendemos por sencillez y lo que generalmente se considera como existencia sencilla. Hoy se están acumulando cada vez más hechos. Hay una adquisición de información parecida a la de la máquina calculadora; de conocimientos, y con estos conocimientos esperamos llegar a una mejor comprensión de la

vida, a una mayor expansión de la sabiduría. Pero, cuanto más conocimiento tiene uno, tanto menos sencilla se vuelve la vida.

Mirad, vos y yo estamos aprendiendo; y, para aprender, tiene uno que escuchar. Escuchar *es* aprender. No es que primero se escuche y luego se aprenda, o que primero se escuche y luego se actúe. Escuchar *es* acción. Si vos y yo sabemos escuchar los acontecimientos humanos, todo lo que está sucediendo en el mundo, las filosofías, los dogmatismos, los ritos, las religiones, la televisión: si sabemos escuchar todo eso, entonces el acto mismo de escuchar es hacer; y eso, creo, es el arte de escuchar. Si podéis escuchar el tren que pasa, esa agua que se precipita, a vuestro prójimo, la radio, a vos mismo; si podéis escuchar lo que está en marcha en el mundo, la desdicha, la confusión, el extraordinario conflicto entre hombre y hombre, escucharlo de modo total, completo, sin traducirlo en términos de vuestro propio conocimiento, en términos de la información acumulada por vuestra pequeña y mezquina mente, entonces tal vez ese mismo escuchar sea actuar. Y eso es lo que necesitamos: *acción*. Mas, para actuar, habéis de tener sencillez, y ésta no se deriva de la complejidad del conocimiento. La sencillez viene con la gran sensibilidad, y con la comprensión del dolor moral.

¿Qué *es* el dolor? ¿Por qué sufrimos, no sólo en lo físico, orgánico, sino en lo interior, lo psicológico? ¿Por qué sufrimos, y qué significa este sufrimiento? Al parecer, muy pocos seres humanos han escapado a este sufrimiento, escapado en el sentido de que hayan terminado con él. A través de la

historia del mundo, probablemente sólo uno o dos han trascendido esta aflicción. Y, si nosotros los seres humanos no descubrimos por nosotros mismos el modo de acabar con la pena, todas nuestras vidas estarán embotadas, vacías, confusas, en conflicto, y perpetuamente nos estaremos esforzando en hacer o no hacer algo. Tenemos, pues, que descubrir, aprender lo que el dolor es en realidad, y no interpretarlo en forma alguna, no investigar su causa. Conocemos la causa del dolor. Alguien muere, y os sentís terriblemente solo, desdichado, lleno de lástima de vos mismo; la muerte trae, pues, pena. O bien hay pena porque no habéis podido realizaros en la vida, no habéis llegado a ser conocido, importante, famoso. Queréis hacer ciertas cosas, pero no sois capaz de hacerlas, por estar físicamente incapacitado de algún modo, así que también hay pena. O utilizáis el tiempo como medio de lograr un fin, y en ese proceso del tiempo hay dolor. Sabemos todos, pues, que la mera indagación sobre la causa del dolor no acaba con él. Sé por qué sufro, y sabéis por qué sufrís, pero ese conocimiento no acaba con el dolor. De modo que se vuelve uno cínico, amargado, duro, o bien elude el dolor, o se limita a vivir con él, y por eso la mente se vuelve cada vez más obtusa, insensible.

Sabiendo todo esto, ¿qué va uno a hacer? ¿Comprendéis mi pregunta? Es muy importante contestarla, porque una mente gastada por la pena, consciente o inconsciente, es una mente obtusa, insensible, e incapaz de aprender. Y la vida misma es un movimiento de aprender. No es un proceso de adquirir conocimiento partiendo del cual luego ac-

tuéis: aprender *es* acción, y al actuar estáis aprendiendo. Mas, si adquirís conocimiento o información con la cual moldear la acción, o si tenéis una fórmula partiendo de la cual actuáis, entonces tiene que haber conflicto, y ese conflicto es también dolor.

Éste es uno de los grandes problemas de la vida; y ¿cómo va uno a resolverlo de manera inteligente, cuerda, completa? Para responder a esta pregunta, no sólo verbalmente, sino *en realidad,* y por lo tanto para acabar con la pena, debe uno tener una gran paz interna.

Pero ¿qué entendemos por la palabra «paz»? Los más de nosotros queremos paz en términos de nuestro propio placer. Os ruego escuchéis lo que se está diciendo, que lo escuchéis sin aprobar ni desaprobar, sino como escucharíais esa rápida corriente de agua que pasa al lado. Anoche llovió mucho, y ese río es rápido, rico, va lleno de cieno. No podéis cambiarlo. Ahí está, corriendo, y lo único que podéis hacer es escucharlo; y, cuanto más escuchéis, más sensible llegaréis a ser para todos los ruidos, los murmullos, la calma, la soledad, la inmensidad de la vida. Del mismo modo, escuchad ahora lo que se está diciendo, y descubrid a medida que avanzamos.

Como sabéis, todos queremos paz: paz en nuestras relaciones, en nuestra labor, en nuestro contorno; paz interior y exterior. Pero la paz, para los más de nosotros, significa estar satisfecho por completo, aceptar las cosas como están y quedar con ellas. No queremos que se nos moleste. Mas la vida siempre nos está molestando. Está en marcha la guerra en el Vietnam, hay guerra en nuestros co-

razones. Los ejércitos y los generales están preparando la guerra en *todas* las partes del mundo, aunque hablan de paz. Los políticos hablan de paz, y sin embargo buscan poder, posición, prestigio nacional. Queremos paz en términos de nuestro propio gusto; pero el placer y la paz no pueden ir juntos, porque el placer impide a la mente ver lo efectivo, lo real, *lo que existe*. Así que, para comprender la paz, tiene uno primero que comprender el placer.

Traducimos lo que llamamos paz en términos de nuestro propio placer; y, por ello, sin comprender toda la estructura del placer, no es posible que tengamos paz. Y *es necesario* tenerla. Es decir, debe uno tener paz en el sentido de tener inmenso espacio en lo interior, espacio sin limitación. La paz significa espacio en el cual no hay centro creador de una frontera. Es muy difícil penetrar en esto y comprenderlo. La paz es un estado de mente que no pone frontera alguna al espacio. Y, para comprender la paz, tenemos que comprender lo que es el placer, porque éste es el que crea la imagen, ese centro que proyecta un espacio limitado alrededor de sí. Es el placer el que dicta los términos y traduce los valores de todos los actos. Os ruego os observéis a vosotros mismos, veáis vuestras propias maneras conscientes e inconscientes de pensar y sentir, vuestros valores auto-creados.

¿Qué *es*, pues, el placer, y por qué se aferra a él la mente? El animal elude el dolor y sólo quiere placer, y en cada uno de nosotros hay mucho del animal. Si nos observamos, veremos que no queremos nada sino placer continuo en diversas formas. Queremos excitación, diversión, conocimientos, in-

formación, prestigio, realización; queremos ser conocidos, realizar lo que creemos está bien, tratando, al hacerlo, de dominar a otros. El ciclo o la rueda del placer: eso es lo que dicta nuestros valores, normas, actividades, relaciones. ¿Qué *es* el placer? Es sensación: la sensación que es agradable y de la cual surge el deseo. Y ¿qué es lo que da continuidad al deseo? Hay percepción o visión, sensación, contacto y deseo.

¿Me estáis siguiendo? Os ruego observéis esto. No es nada misterioso esto de que hablamos, es un hecho real muy sencillo. Veis un hermoso auto, o una bella mujer, o una casa espléndida, o una preciosa joya, o un hombre que tiene gran poder en el mundo, lo que sea: y eso lo queréis también. Veis algo llamado bello, atractivo, y del hecho de percibirlo, verlo, surge la sensación, seguida por el contacto y el deseo. Ese es el ciclo, ¿no? Y entonces la cuestión es: ¿qué es lo que da continuidad a ese momento del deseo? Porque, si comprendo qué es lo que da continuidad al deseo, entonces tal vez sepa cómo enfrentarme con éste, cómo abordarlo, sin limitarme a reprimirlo, someterlo a control o tratar de destruirlo.

La mente sabe, pues, cómo surge el deseo. Hasta ahí está claro. Mas, ¿qué es lo que da al deseo continuidad? Seguramente que es el pensamiento. Cuando hay percepción de un auto, seguida de sensación, contacto y deseo, si el pensamiento no da continuidad a ese deseo, el deseo termina, ¿no? Vemos, pues, que lo que le da continuidad es el pensamiento. Cuanto más pensáis en el automóvil, tanto más se refuerza el deseo de poseerlo, lo cual es deseo de

placer. Así que, sin comprender el mecanismo del pensar, no es posible que yo comprenda la naturaleza del placer, o de la paz. Por eso tengo que comprender el mecanismo del pensar.

Mirad, tratamos de descubrir lo que es la paz, porque sin ella nuestra vida es terriblemente confusa, desdichada, llena de ansiedad, como todos sabemos demasiado bien. Y para descubrir lo que es la paz, no sólo debemos comprender la pena, sino también lo que es el placer, el deseo, el pensar. No podemos saltarnos ninguna de sus fases, tenemos que comprender el proceso como un todo y no en fragmentos.

Ahora inquirimos sobre lo que es el pensar. Para decirlo muy sencillamente, pensar es evidentemente la respuesta del conocimiento y la experiencia como memoria. La máquina calculadora almacena mucha información en su cinta electrónica, y cuando le hacéis una adecuada pregunta, os dará la acertada respuesta. Del mismo modo, se han almacenado en forma de memoria, en el cerebro humano, muchos conocimientos heredados y adquiridos, y cuando se le reta, responde con arreglo a su conocimiento almacenado, a la memoria de sus diversas actividades y experiencias. La memoria, sea consciente o inconsciente, siempre está condicionada. Como la calculadora, no puede ir más allá de sí misma, más allá de la información que se le ha dado. Nosotros, como seres humanos, no podemos ir más allá de nosotros mismos, porque estamos condicionados; estamos atados a nuestros conocimientos, a nuestra información, experiencia, pasado. Es lo pasado lo que responde a cualquier pregunta, y esa respuesta es

lo que llamamos pensamiento. La respuesta puede tardar mucho tiempo o poco, y este proceso es bastante sencillo y claro. Una pregunta familiar puede ser contestada de modo inmediato, mientras que otra que no sea nada familiar, llevará más tiempo: el intervalo entre la pregunta y la respuesta será mayor.

Así, lo que llamamos pensamiento, *siempre* está condicionado. Cuanto más piensa uno sobre el placer, y elude el dolor, tanto más arraigan en la mente los valores e imágenes del deseo. Seguramente que eso es muy sencillo. Y, sin embargo, está bien y es natural el responder a lo que uno ve. Cuando veis un auto bello, por ejemplo, respondéis, y esa respuesta tiene que existir, porque en caso contrario estaréis ciego, o paralizado, o insensible. Mas ¿por qué debe uno pensar sobre ello? Si queréis el automóvil y tenéis los medios, lo adquirís. Si no tenéis los medios, ¿por qué habéis de seguir creando en la mente la imagen del placer? Empieza uno, pues, a ver que el deseo no es una cosa que deba aborrecerse, someterse a control o represión, sino más bien que uno debe comprender cómo viene a la existencia y qué es lo que le da continuidad. Cuando comprendemos todo este cuadro, entonces el deseo tiene un sentido muy distinto. Entonces el deseo ya no atormenta a la mente.

Pues bien, si hasta ahí está claro, entonces ve uno que lo que llamamos pensamiento es el origen del conflicto. Como nuestro pensamiento es respuesta del pasado, se encara en forma inadecuada con el reto de lo presente, y por ello hay conflicto. Decimos entonces que hay que someter a control el

pensamiento; pero ese control mismo sólo sirve para aumentar nuestro conflicto con la vida, que, como ese arroyo, está en constante movimiento. Así que el pensamiento no produce la comprensión de la vida; el pensamiento no libera a la mente de la pena; nunca producirá paz. El pensamiento es la respuesta del pasado, y por ello siempre ha de ser limitado, condicionado. Mientras la mente esté traduciendo todas las actividades de la vida en términos de pensamiento, y mientras este último esté creando acción, sólo servirá para engendrar más conflicto, más desdicha.

¿Qué es, pues, la paz? ¿Hay que buscarla por el pensamiento, por el placer de la idea organizada? Es evidente que no. La paz es un estado mental en el cual no surge la imagen, ni la idea, ni el placer de la idea organizada.

Mirad, estamos pidiendo a la mente que haga una cosa sumamente extraordinaria, una cosa que nunca ha hecho anteriormente. Estamos acostumbrados a tener una serie de pensamientos, conclusiones, fórmulas, partiendo de los cuales actuamos. Mas yo digo que semejante proceso no producirá paz en absoluto. Lo que la produce es comprender el mecanismo total del pensamiento, placer e idea. Cuando se comprende del todo ese mecanismo, entonces hay una quietud en la cual no se inmiscuye el pensamiento. Entonces no hay pensamiento excepto cuando éste tiene que actuar.

Me pregunto si me estoy expresando claramente. No, os ruego que no asintáis con la cabeza, porque ésta es una de las cosas más difíciles de comprender. Intentamos descubrir el modo de acabar con

el dolor. No estáis aprobando o desaprobando mis palabras o ideas. Tratamos de descubrir cómo puede acabar con el dolor un ser humano que ha vivido con él durante dos millones de años o más; porque, sin la terminación de la pena, no hay luz, ni claridad, ni inteligencia. El hombre puede ser muy listo; puede ir a la Luna, fotografiar Marte, inventar nuevas máquinas, nuevas técnicas para matar y para conservar; pero, mientras haya pena, no se habrá acabado con el conflicto, la desdicha, la confusión. Por eso estamos investigando el dolor y tratando de descubrir si puede uno librarse en realidad de él.

Como dije, sin comprender la naturaleza del pensamiento, la del placer como idea organizada, no hay paz. Tenemos que vivir en este mundo, que se va volviendo cada vez más complejo, más tiránico. La radio, la televisión, los diarios, los políticos, los sacerdotes, las religiones organizadas con sus creencias, dogmas, ritos, todos ellos nos están condicionando, y su propaganda se va volviendo cada vez más astuta. En lo psicológico, conocen todas las estratagemas, cómo dominar la mente del hombre. Tiene uno, pues, que percibir todos estos procesos, estas innumerables influencias que están siempre afectándonos, y librarse de ellos. Y ahí es donde empieza la sencillez. No es una mente astuta, ni una mente informada, sino sólo una muy sencilla la que ve de modo directo, sin distorsión; y habrá distorsión mientras exista en la mente la imagen del placer.

La mente sencilla es austera. ¿Sabéis lo que significa ser austero? Se entiende en general por mente austera la que es duramente disciplinada, sometida

a control, reprimida, una mente que se ajusta sin piedad a un modelo. Pero una mente así no es sencilla ni austera; realmente está asustada, y por estarlo, se ajusta. Su conformidad se llama austeridad; mas nosotros hablamos de una austeridad en la cual no hay ajuste de ninguna clase, en absoluto. Utilizamos la palabra «austera», no en el sentido de estar disciplinada con arreglo a un modelo, sino en el sentido de percibir todas las implicaciones del placer y de la imagen o el centro. Esa percepción misma produce una disciplina espontánea, que es la austeridad de que estoy hablando.

No podéis ser austero sin ser apasionado. Ya sabéis, los más de nosotros traducimos la pasión como sensualismo, o hablamos de tener pasión por el trabajo, por expresarse, por llegar a ser algo. Mas yo utilizo la palabra en el sentido de intensidad. Hay una acumulación de energía en uno mismo, que llega a ser enormemente intensa, y eso es pasión. Sin esta pasión no hay austeridad ni por tanto, sencillez. Debéis tener enorme pasión para ser sencillo; y con esa pasión, con esa intensidad, podéis abordar el dolor. No podéis resolver el dolor ni acabar con él sin pasión, sin gran energía; y la energía se disipa cuando hay conflicto, es decir, cuando decís: «No debo sufrir», o tratáis de hallar la causa del dolor, o intentáis escapar de él. Necesitáis toda vuestra energía, toda vuestra atención para enfrentaros con el dolor. Hay un estado de intensa, apasionada atención que, aunque no se ajusta, es altamente disciplinado y, por tanto, es extraordinariamente austero. En ese estado, vuestra mente es muy sencilla, y por ello podéis hacer frente a esto

que se llama dolor. Entonces la mente descubrirá por sí misma que la pena tiene fin, y por ello terminan también todas estas cosas: la desesperanza, la frustración, el sentimiento de soledad. Sólo cuando termina el dolor es cuando hay libertad, y sólo cuando la mente es libre es cuando es a la vez sabia y activa.

Pregunta: ¿Hay alguna diferencia entre el sufrimiento individual y el de la humanidad?

KRISHNAMURTI: ¿Es vuestro sufrimiento, como individuo, distinto del mío, o del sufrimiento de un hombre de Asia, América o Rusia? Pueden variar las circunstancias, los incidentes, pero en esencia el sufrimiento de otro hombre es el mismo que el mío y el vuestro, ¿no? Es sufrimiento, desde luego, no es vuestro ni mío. El placer no es vuestro ni mío: es placer. Cuando sentís hambre, no es sólo vuestra hambre, es también el hambre de Asia entera. Cuando os impulsa la ambición, cuando sois implacables, es la misma crueldad que impulsa al político, al hombre del poder, ya sea en Asia, en América o en Rusia.

Como veis, a eso es a lo que nos oponemos. No vemos que somos todos una humanidad, cautiva en distintas esferas de la vida, en diferentes áreas. Cuando amáis a alguien, no es *vuestro* amor. Si lo es, se vuelve tiránico, posesivo, celoso, ansioso, brutal. Del mismo modo, el sufrimiento es sufrimiento, no es vuestro ni mío. No es que yo lo haga simplemente impersonal, algo que sea abstracto. Cuando uno sufre, sufre. Cuando no tiene alimento, ro-

pas, albergue, está sufriendo, tanto si vive en Asia como en Occidente. Los que ahora están muriendo o quedan heridos: los vietnamitas y los americanos, sufren. Hace falta mucha penetración, percepción íntima, para comprender este sufrimiento, que no es vuestro ni mío, que no es impersonal ni abstracto, sino *real*, y que todos tenemos. Y la terminación de este sufrimiento producirá paz de manera natural, no sólo en lo interior, sino en lo exterior.

Creo que debemos detenernos ahora, porque llevo hablando más de una hora. Mas, si habéis escuchado en realidad, entonces ese acto mismo de escuchar es el acto de hacer. Escuchar es actuar. Si habéis escuchado esta mañana con verdadera hondura, con plena atención, con claridad, entonces veréis que la pena nunca os volverá a tocar, lo cual no significa que no améis. Cuando hayamos terminado con el dolor, entonces tal vez sabremos lo que es el amor. Pero, sin acabar con el dolor, el amor se convierte en tiranía, se vuelve doloroso, una cosa sin sentido alguno, excepto como recuerdo, como placer.

25 de julio, 1965

VIII

Quisiera esta mañana entrar en una cuestión que creo es importantísima en las vidas de todos nosotros: la cuestión del amor y la muerte. Mas, antes de penetrar en ello, desearía dejar claras ciertas cosas.

La comunicación es relativamente fácil cuando ambos conocemos la misma lengua y damos el mismo sentido a una palabra. Si ambos tenemos la misma referencia, y ella es constante, entonces se vuelve posible la comunicación, como se demostró por el Mariner II, que pasó bastante cerca de Marte y envió fotografías y mensajes a la Tierra. Mientras sea necesaria la comunicación verbal, debemos ambos tener mucha claridad en la comprensoón y el uso de las palabras.

Pero la comunión, creo, es mucho más difícil porque en ella no estamos compartiendo, aunque aquella palabra, según el diccionario, implica compartir, participar. Creo que sólo es posible compartir con respecto a cosas, experiencias, ideas; mas, si vais más allá de todo eso, el compartir resulta en realidad imposible. Vos y yo no podemos compartir la belleza de esas montañas. Puede uno hablar sobre ellas, puede escribir un libro acerca de ellas, o juntar palabras para hacer un poema; pero vos y yo no podemos compartir su extraordinaria belleza. Esa belleza está ahí para que cada uno de nosotros la mire, la disfrute, pero no estamos compartiendo esa belleza. No puede compartirse porque no es un estímulo. Si comprendemos el sentido de la palabra «compartir», podemos ver muy claramente que implica que una persona que tiene experiencia, o conocimiento, está dispuesta a dejar que otra participe de ello también. Eso es lo que en general se llama «compartir», y con eso va todo el sistema jerárquico de la división. Compartir implica que vos sabéis y yo no sé, ¿no es así? Compartís conmigo lo que yo no sé, lo que no he experimen-

tado, lo que nunca he sentido. Sois lo bastante bueno o generoso para estar dispuesto a compartir algo conmigo.

Mas la pura belleza no puede compartirse, porque no podéis poseerla, ni yo puedo tampoco. No es un artículo de propiedad personal; no es cosa que vos o yo podamos poseer, y luego compartir con otro. La belleza está *ahí*, sencillamente, como la puesta del sol, como la montaña, el fluir de un río, la calma de una noche. Como la belleza está ahí, podéis mirarla y deleitaros en ella; mas no podéis compartir esa belleza con otro. El otro tiene también que darse cuenta profundamente, tiene que ser igualmente sensible, inteligente. Entonces la belleza no es para compartirse, sino más bien para contemplarse, disfrutarse. Está ahí para que cada uno se complazca, se deleite en ella.

Así es que cuando usamos la palabra «compartir», ello implica en general que uno posee y otro no, que uno tiene algo y el otro no. Esa actitud, ese sentimiento de compartir, refleja la actitud jerárquica ante la vida: el «jefe» y el soldado raso; el Papa y el sacerdote ordinario; el cardenal con sus magníficas vestiduras, y el humilde monje con su oscura túnica; el que sabe y el que no sabe. Semejante actitud engendra autoridad, ambición, lucha, gran dolor e infinita pena.

Os ruego escuchéis todo esto con mucho cuidado, porque vamos a entrar en algo que no puede compartirse, y por lo tanto no hay participación. Debéis comprender en realidad este mal terrible —si se me permite la palabra— de la división jerárquica de vida entre el que sabe y el que no sabe. La

verdad no puede en modo alguno dividirse en alta y baja; por eso no hay autoridad, no hay actitud jerárquica. La división jerárquica de la vida es una cosa venenosa, terrible.

De modo que lo que vamos a hacer esta mañana no es cuestión de compartir, sino que ambos vamos a inquirir; vamos a avanzar juntos hacia algo que no conocemos. Os ruego no esperéis que yo os lo diga, o comparta con vos algo que no tenéis; no esperéis que yo os dé iluminación o liberación. Nadie puede daros libertad, ni puede nadie compartirla con vos. Pero los más de nosotros estamos acostumbrados a esta actitud de que alguien dé y otro reciba, y ello crea una división en la vida que produce autoridad con todos sus males. En la verdad no existe el seguidor y el que dirige, no hay el que enseña ni el enseñado; y eso es algo que es maravilloso, si lo comprendéis vos mismo. En eso hay gran belleza, en eso hay libertad, la terminación del dolor, porque uno tiene que trabajar, inquirir, irrumpir a través, destruir todo lo que es falso, y con ello descubrir por sí mismo.

Pues bien, esta mañana vamos a inquirir sobre dos cosas que para los más de nosotros, son de la máxima importancia en la vida: el amor y la cosa llamada muerte. Para inquirir, para descubrir, para encontrar, es evidente que tiene que haber libertad, no libertad al fin, sino libertad desde el principio mismo. Sin ella no podéis mirar, inquirir, avanzar hacia lo desconocido. Para una mente que quiera indagar, tanto si es en el complicado campo de la ciencia como en el complejo y sutil campo de la conciencia humana, tiene que haber libertad. No

podéis llegar a ella con vuestro conocimiento, prejuicios, ansiedades y temores, porque estos factores moldearán vuestra percepción, os impulsarán en distintas direcciones, y por ello cesa toda indagación real. De la misma manera, cuando tratamos de ver lo que significa esta cosa extraordinaria, la que llamamos amor, no podemos llegar a ella con nuestros prejuicios personales, con nuestras conclusiones, con nuestras ideas preconcebidas de que ha de ser de este o de aquel modo; no podemos decir que el amor hay que expresarlo en la familia, entre marido y mujer, o que hay amor profano y amor espiritual, porque todo esto nos impide entrar en la cuestión de manera profunda, libre, y con cierto afán de busca sin aliento.

De modo que para inquirir necesitamos libertad, y por ello debemos darnos cuenta desde el principio mismo de cuán condicionados estamos, de los prejuicios que tenemos; debemos percibir el hecho de que miramos la vida a través del deseo de placer, y ello nos impide ver lo que en realidad *existe*. Y, cuando estamos libres de estas cosas, entonces tal vez podamos inquirir sobre esta cosa extraordinaria llamada amor.

Vivimos en este mundo en un estado de relación entre hombre y mujer, entre amigos, entre nosotros y nuestras ideas, nuestra propiedad, etc. La vida pide relación, y ésta no puede existir cuando la mente se aisla en todas sus actividades. Por favor, observad este proceso en vosotros mismos. Cuando hay actividad egocéntrica, no hay relación. Tanto si dormís en el mismo lecho que otro, o vais en un ómnibus lleno de gente, o miráis una mon-

taña, mientras vuestra mente esté presa de la actividad egocéntrica, es evidente que ello sólo puede llevar al aislamiento, y por ello no hay relación.

Ahora bien, partiendo de este alboroto de actividad auto-centrada, los más de nosotros empezamos a inquirir lo que es el amor, y esto también impide la indagación real, porque toda actividad egocéntrica se basa en la busca de placer y la evitación del dolor. Mientras estemos inquiriendo desde un centro que existe para su propio gusto, nuestra indagación será inútil y vana. Para inquirir de veras, tiene que haber liberación de esta actividad autocentrada, y eso es sumamente difícil. Requiere gran inteligencia, gran comprensión, penetración, y por ello debe uno tener una mente muy buena: una mente no sentimental, no emotiva, no arrastrada por el entusiasmo, sino una mente que sea muy clara, que se dé cuenta, que sea sensible a cuanto la rodea. Sólo una mente así es la que puede empezar a inquirir sobre lo que llamamos amor.

Pero ¿qué es el amor para los más de nosotros, en realidad? No se trata de saber qué es lo que *quisiéramos* que fuera. Lo que *desearíamos* que fuera el amor es meramente una idea, un concepto, una fórmula, y por eso carece de toda validez. Tenemos que empezar con lo que *existe,* y no con lo que *debiera existir.* Debemos partir del hecho real, y no de opiniones, conclusiones. Las conclusiones, opiniones, fórmulas, extravían y destruyen por completo. Una maravillosa utopía concebida o formulada por unas pocas mentes listas, astutas, puede falsear y destruir las vidas de millares y millones de personas, porque están dispuestas a matar o morir

por esa sola idea. Y nosotros hacemos igual, interiormente, con nosotros mismos. Tenemos una fórmula, un sentimiento, una creencia de que, para amar, deberíamos ser esto o aquello, y atormentamos nuestras vidas, vivimos en agonía, porque tratamos de acercar el hecho de lo que somos al ideal de lo que *deberíamos* ser, lo cual es ilusión, mera invención de la mente, sin realidad.

Vamos, pues, ahora a inquirir partiendo, no de lo que *debería ser*, sino de *lo que es*. ¿Qué es en realidad nuestro amor? Hay en él placer, dolor, ansiedad, celos, apego, afán posesivo, dominación y el miedo de perder lo que poseemos. Hay el amor que existe en la relación entre dos personas, y hay el amor a una idea, fórmula, ya sea la nación, una utopía, o Dios. Mas, cuando hablamos del amor, sólo hablamos del que existe efectivamente en la relación, y no de eso venenoso que se llama el amor a nuestro país, ese patriotismo nacionalista explotado por el político y el sacerdote. Hablamos del hecho del amor como existe en realidad entre seres humanos. En ese amor hay dolor, hay la tortura de la incertidumbre, los celos, el miedo de la soledad, y por ello el afán de poseer, de dominar, de retener. Éstos son hechos reales, ¿no? Y, por ello, tenemos el matrimonio legal, establecido por la sociedad para la protección de los hijos. Pero la familia, como unidad, está en oposición a todas las demás unidades familiares. «Mi familia» está compitiendo con todas las demás familias del mundo. Y en la familia misma, está en curso una batalla incesantemente: el deseo de poseer, de dominar, y por ello, el miedo, los celos, la ansiedad sobre si se os ama

o no, etc., etc. Eso es lo que llamamos amor. Y aunque uno tiene que tener familia, nos esforzamos de varios modos en eludir este tormento: por medio de la actividad social, o volviéndonos terriblemente religiosos, lo que significa que nos afiliamos a alguna fea pequeña organización, y creemos en una fórmula determinada sobre Dios, o Jesús, o Buda, o lo que queráis. O bien tratamos todo lo de la relación familiar como algo que es muy superficial, una simple carga pasajera que tenemos que aguantar, por lo cual apretamos los dientes y seguimos así.

Todo esto es lo que llamamos amor. Al quedar descontentos del llamado amor familiar, nos volvemos hacia el amor a Dios, al de la humanidad, o al amor a nuestro prójimo. No sabemos en realidad lo que el amor es, pero amamos a Dios, a nuestro prójimo; al menos decimos que los amamos. Y, durante todo el tiempo, estamos destruyendo a nuestro prójimo por medio de la implacable ambición, por las astutas prácticas comerciales, por todo el afán de competencia de la sociedad moderna. Luego tenemos el llamado amor de los padres por sus hijos, y ya conocéis la estructura real, el tormento de ese juego posesivo.

Ahora bien, si uno es de alguna manera sensible, observador, si siente, si mira, sabe todo esto. Uno lo percibe todo ello, de modo íntimo y doloroso; y entonces pregunta: ¿es posible vivir en una familia, vivir con la propia esposa o el marido, con los hijos, sin esta tortura? Si puede uno hacerlo, entonces tal vez empiece a descubrir lo que es el amor. El amor reclama, en realidad, que veamos lo

que es en efecto nuestra vida diaria, ¿no? Los mezquinos incidentes diarios que surgen en la familia, en la oficina, en el ómnibus, en el automóvil, en la carretera; la falta de respeto que sentimos por la gente: conociendo el tormento de todo esto, ¿es posible desprenderse de todo ello, *en realidad* y no sólo de modo teórico? ¿Es posible de veras no estar ligado, no ser posesivo, no dominar ni ser dominado? Y, si vuestra esposa o el marido quiere marcharse con alguna otra persona, ¿es posible no sentir celos, no odiar, no tener antagonismo? Seguramente que sólo entonces es cuando habrá posibilidad de que venga a la existencia alguna cosa desconocida.

El amor que tenemos es lo conocido, con toda su desdicha, su confusión; en él hay la tortura de los celos, la fealdad y el dolor de la violencia, el placer del sexo. Eso es lo único que conocemos, y no queremos encararnos con ese hecho real: el hecho de lo que conocemos.

Ya sabéis, podéis vivir con la belleza de esas montañas y acostumbraros mucho a ella. Pasada una semana o diez días, ya no os fijaréis siquiera en esa belleza. Seréis como los aldeanos, que no miran ni un momento las montañas, tan acostumbrados están a ellas. Nos habituamos a la belleza, lo mismo que a la fealdad. Lo importante no es la belleza o la fealdad, sino el hecho de acostumbrarse a *cualquier* cosa. Nos habituamos a nuestras propias vidas, a nuestros tormentos, desdichas, a nuestras mezquinas casitas, a todas las fealdades de nuestras estrechas y pequeñas mentes. No queremos mirar más allá, no queremos romper a través

de toda esta confusión y descubrir, por lo cual nos limitamos a acostumbrarnos a ello. Y, cuando uno se acostumbra a cualquier cosa, sea *lo que fuere*: belleza, tortura, ansiedad o fealdad, la mente se vuelve obtusa, insensible, no se da cuenta, y en ese estado se ocupa de toda clase de cosas: de Dios, de la religión, de las diversiones, de la labor social, de la murmuración, de acumular conocimiento o de contemplar la televisión.

Lo importante es, pues, percibir los hechos reales de nuestra vida, las torturas, el afán posesivo, la dominación, la intromisión, las constantes correcciones, las críticas, las exigencias: vivir con todo eso sin acostumbrarse a ello, darse cuenta y no limitarse a aceptarlo. No quiero decir que debamos aguantarlo, abrazarlo, sino que debemos mirarlo y no eludirlo o escapar de ello. Debemos mirar las realidades de nuestras relaciones diarias, sin dar razones de por qué esto debería ser y aquello no debería. Mirar las realidades de nuestra propia vida de esta manera reclama gran energía, y esa energía sólo la tenéis cuando no estáis escapando de aquellas realidades por medio de la creencia, las explicaciones, la busca de la causa o de cualquier otro modo. Si percibís por completo *lo que es*, lo cual es conocer todo lo intrincado, todas sus sutilezas, si estáis familiarizados del todo con lo conocido, entonces tal vez haya una posibilidad de librarse de ello.

Si no sabemos lo que el amor es, entonces nunca sabremos lo que es la muerte. Nos hemos acostumbrado a ella. Centenares de personas perecen ahora en el Vietnam. Hemos tenido dos guerras te-

rribles, y millares innumerables de personas han perecido en Rusia por causa de las ideas. Nos hemos habituado a todas estas matanzas, y a la inanición, la pobreza y la degradación en Asia, que existen lado a lado con la prosperidad de Europa y Norteamérica. Nos hemos habituado a esto que se llama muerte, y lo aceptamos. Decimos que la muerte es el fin inevitable del hombre: la vejez, la enfermedad y al fin la tumba o el horno de incinerar, lo que prefiráis. No nos rebelamos contra la muerte porque no podemos; se acerca cada día, cuando envejecemos. Hemos usado mal el organismo físico, y por ello hay la enfermedad. Puede uno morir joven o viejo, pero de cualquier modo hay enfermedad, dolor, tormento. Por la exigencia de buena salud, las personas pueden llegar a vivir 150 o aun 200 años, pero siempre está la muerte al final de ello.

Sabiendo que la muerte es inevitable, los más de nosotros tenemos fe en la reencarnación, en la resurrección, o en alguna otra forma de continuidad tras la muerte, porque la continuidad es lo único que queremos; y así, la creencia, la fórmula, la esperanza, el dogma, desempeñan también un papel extraordinariamente importante en nuestra vida. No nos interesa el hecho real de la muerte, sino saber si hay vida en el más allá. Decimos: «¿De qué sirve luchar, cultivar la virtud, tratar de volverse divino —ya sabéis todas esas tonterías que hace uno— sólo para terminar en la muerte?» Por eso decimos que tiene que haber alguna cosa más allá.

Pero ¿qué es «esa cosa» que queremos que continúe? ¿Comprendéis? En diferentes palabras, en es-

feras distintas, en distintos tipos de esperanza, etc., todas las religiones, por todo el mundo, prometen alguna clase de continuidad después de la muerte. Mas, si prescindimos de todo eso, ¿qué es lo que queremos que continúe? Es nuestra vida diaria, ¿no? La vida que conocemos. Y ¿qué es la vida que conocemos? Es la vida de compañerismo, la de tortura diaria, incertidumbre, esperanza; la agonía de la soledad, las disputas, el ir a la oficina día tras día durante treinta o cuarenta años; la pequeña mente mezquina que tenemos, la vida condicionada, los placeres de viajar y ver alguna cosa nueva; la enfermedad, el dolor, el vacío fastidioso de nuestra existencia: eso es lo único que conocemos. Y ahora también sabemos el modo de ir a Marte y sacar fotografías. Conocemos cada vez más de las cosas exteriores.

Así, ¿a qué es a lo que nos aferramos tan desesperadamente? Evidentemente, al recuerdo de las cosas que han sido; y ¿no es terrible el darse cuenta de que nos aferramos a algo que ha pasado, que se ha ido, terminado, muerto? Eso es todo lo que conocemos, y a eso nos agarramos. Nos aferramos a lo conocido. El propio carácter, los propios libros de uno, los cuadros que ha pintado, las experiencias, los placeres, las ansiedades que ha tenido, la culpabilidad que ha sentido: todo eso es el pasado, y a eso es a lo que nos aferramos. Eso es todo lo que conocemos, por lo cual queremos que eso siga después de la muerte. Si he perdido a mi esposa, quiero encontrarla en el más allá, etc. Así, lo que tememos es perder lo conocido, que es lo pasado, lo pasado que, avanzando a través de lo presente, crea

lo futuro; y a eso es a lo que nos aferramos siempre.

Os ruego que escuchéis de veras esto. No estoy haciendo propaganda de nada, me limito a señalar las realidades.

Ahora bien, cuando os aferráis a algo que está pasado, entonces vuestra mente, vuestro corazón, todo vuestro ser, ya está muerto. Puede haber sido ello una profunda delicia, un placer estremecedor, pero en el momento en que os aferráis a eso, vuestra mente se vuelve una pequeña cosa fea, que no puede vivir en realidad. Y ésa es nuestra vida. Con el miedo de que nuestra llamada vida vaya a terminar, inventamos o esperamos una continuidad tras la muerte. Mas, cuando os dais cuenta de todo eso, y ya no escapáis; cuando estáis mirando, cuando observáis, escucháis, os dais cuenta sin elección de todo lo que está pasando en vuestro interior, entonces os encaráis con la cuestión de la muerte, que es en realidad lo desconocido. No conocéis la muerte, sólo tenéis ideas sobre ella. Tenéis ideas, temores, ansiedades, y existe este enorme sentimiento de soledad, de estar solo, solitario. Y, cuando uno percibe todo eso, entonces se pregunta: «¿Puedo yo morir para todo lo conocido? ¿Puedo morir para el pasado, no poco a poco, no reteniendo lo agradable y rechazando lo desagradable, sino muriendo para el placer lo mismo que para el dolor, que es acabar con el pasado sin disputa?»

Ya sabéis, cuando viene la muerte, no disputáis, no decís: «Dadme unos pocos días más.» Cuando la muerte está ahí, os habéis ido. Del mismo modo tenemos que vaciar la mente de todo el pasado. Al vaciar la mente de buena gana, con naturalidad, sin

esfuerzo, entonces tal vez se libre de lo conocido, y por lo tanto habrá comprensión de lo desconocido.

Los más de nosotros no sabemos lo que es el amor. Conocemos el dolor y el placer del amor, pero no vemos la realidad de él como vemos la de una montaña; así, para nosotros, el amor es algo desconocido, como lo es la muerte. Mas, cuando la mente está libre de lo conocido, entonces viene a la existencia aquello que no se puede conocer mediante palabras, experiencia, mediante visiones o cualquier forma de expresión. Sin conocer el amor, sin conocer la extraordinaria plenitud, la riqueza de la muerte, nunca sabremos lo que es vivir sin tormento, sin ansiedad, sin el dolor de los afanes cotidianos.

¿Discutiremos o queréis hacer preguntas sobre aquello de que he hablado esta mañana?

Pregunta: ¿Cuál es el origen de la continuidad?

KRISHNAMURTI: Es bastante sencillo, ¿no? Habéis tenido un placer, queréis continuarlo, y el pensamiento le da nutrición para continuar. Si no interviniera el pensamiento en ese placer, no tendría éste continuidad ni permanencia. Ved esto, os lo ruego, ¡es tan sencillo! Digamos, por ejemplo, que habéis escrito un libro y lo habéis firmado con vuestro nombre. Eso os da placer, porque habéis llegado a ser conocido; se os elogia, se os critica, se os publica, y todas esas tonterías que os gustan, y así, pensáis sobre ello. Os encontráis con los amigos, que dicen: «¡Qué libro tan maravilloso habéis escrito!», ello os encanta, pensáis sobre ello, y todo

esto da continuidad a vuestro placer. Es en realidad muy sencillo. Lo importante es percibir este proceso total, y entonces podéis dar vuestro nombre al libro, o no dárselo, y ello carece de sentido. Entonces actuáis como ser humano, de modo anónimo; y todo lo que sea grande tiene que ser anónimo.

(Pausa.)

Como no hacéis ninguna pregunta más, me gustaría *haceros yo* una. A estas horas tenéis que estaros preguntando: «¿Cómo va uno a morir para cualquier cosa?» ¿Comprendéis? ¿Cómo va uno a morir para un placer que ha tenido, o para los insultos que ha recibido? ¿Cómo deja uno de lado con facilidad, felizmente, sin el menor esfuerzo, el recuerdo de una experiencia que le ha dado enorme gusto? Es fácil dejar de lado algo que ha dolido: lo olvida uno con mucha rapidez. Ya habéis olvidado el dolor que sentísteis hace una semana, cuando os molestaba la muela. Habéis olvidado el intenso dolor que sentísteis cuando nació vuestro hijo; pero os aferráis al placer de ese hijo, al deleite de verlo crecer y todo eso. Pero ¿cómo va uno a morir para *todo* lo conocido, lo agradable lo mismo que lo doloroso, y sin embargo vivir y actuar en este mundo de manera razonable, eficaz, ir a la oficina, y todo lo demás? ¿No queréis saberlo? ¿Por qué no lo preguntáis? ¿Es porque os habéis limitado a aceptar todo esto? Como veis, hay gran dolor en no preguntar, en no descubrir. No se trata de que descubráis por *mi mediación,* sino de descubrir vosotros mismos haciendo preguntas fundamentales y penetrando hasta el fin mismo del problema, sea el que fuere, prescindiendo de vuestra

familia y de todos los adornos de la sociedad que os rodea.

¿Cómo rechaza uno por entero el pasado, lo cual es, bien mirado, el morir?

Ya sabéis, el perdón es una cosa terrible. ¿Comprendéis? ¿No? Muy bien, lo explicaré. Primero acumuláis las ofensas, las irritaciones, y tras acumular todo eso, perdonáis. Pero, si nunca acumuláis, no hay nada que perdonar, ¿verdad? De modo que lo primero que hay que descubrir es si hay alguna posibilidad de no acumular nunca el pasado. Si no lo acumuláis, no habrá necesidad de morir para el pasado. De la misma manera, si no acumuláis el dolor, las ofensas, las cóleras, entonces no hay nada que perdonar. Una mente que perdona es una mente cruel. Ese es, pues, uno de los problemas: el de cómo no acumular el pasado, cosa que hacemos la mayoría de nosotros, sino rechazarlo de modo instantáneo y total. Utilizar el tiempo como medio de morir para el pasado o de rechazarlo trocito por trozo, ése es el mayor dolor del hombre. Se puede hacerlo de modo por completo distinto. Entraremos en esto dentro de un momento.

Mirad, no os estoy dando un método ni una fórmula. No digáis: «He aprendido algo y voy a aplicarlo.» Si habéis aprendido alguna fórmula por lo que yo he estado diciendo, y si vais a aplicarla, entonces sois como el hombre que acumula y perdona, y por ello estaréis de nuevo en el mismo viejo tormento de conflicto y esfuerzo.

Pero he acumulado placer de maneras distintas: tengo recuerdos del placer en sus diferentes aspectos, sus distintos matices, sutilezas; y ¿cómo voy a

acabar con todo eso? Sabemos cómo librarnos del dolor; la mente se libra siempre pronto, de alguna manera, del dolor, porque va tras el placer. Su principal interés es el placer, y todas sus valoraciones se basan en él, y por ello puede rechazar con mucha rapidez cualquier cosa que no sea agradable; ello ocurre de modo casi inconsciente. Pero ¿cómo voy yo, que he acumulado placer, con todas sus sutilezas y valores, a morir para ese placer, a rechazarlo, no trozo a trozo, sino de modo total? ¿Comprendéis mi pregunta?

Interpelante: Abandonándolo.

KRISHNAMURTI: ¿Quién soy yo para abandonar? ¿Quién es el que abandona?

Interpelante: El creador de ese hábito.

KRISHNAMURTI: ¿Quién es el creador de ese hábito? Sigue siendo la esencia del placer. No os escucháis al decir cosas, no aprendéis de lo que estáis diciendo. Decís: «Abandonar.» ¿Quién es el que abandona? Ia imagen que es la esencia del placer dice: «Abandonaré eso, porque quiero mayor placer, que es la comprensión de lo desconocido.» Antes era el juguete, la casa, la esposa, el sexo, la familia, la nación; y ahora, porque sois un poco más viejo, un poquito senil y estáis harto de todo ello, decís: «Bueno, voy a abandonarlo, para conseguir lo desconocido.»

No, señores, no estáis aprendiendo. No aprendéis de vuestra propia observación. Os ruego que sim-

plemente me escuchéis. Conozco todas las preguntas que desearíais hacer. He estado hablando durante una hora, lo siento, pero no quiero ser la única persona que hable; os ruego, sin embargo, que escuchéis simplemente de manera callada lo que se está diciendo.

¿Cómo voy yo, que he acumulado tanto placer y que con ello he invitado tanto dolor, cómo voy a morir para todo eso, dejarlo que se desprenda? Ante todo, ¿por qué he de dejarlo que se desprenda? ¿Por qué he de renunciar a mi placer? ¿Es porque alguien me ha dicho que el placer engendra dolor? ¿O es que veo yo mismo la significación, la naturaleza, la estructura del placer? Ver la naturaleza del placer es como ver la naturaleza de un árbol y de qué manera crece. No lo ve uno de modo verbal, como idea, sino que está viviendo en realidad con ello. No acepta ni niega uno el placer, no piensa sobre él ni lo rechaza y deja. No se realiza ninguna acción positiva: se limita uno a mirarlo. Mira uno el recuerdo del placer, por completo, calladamente, sin movimiento alguno de la mente. ¿Comprendéis?

Señores, cuando miráis esa montaña, si la miráis muy calladamente, os dirá muchas cosas. Entonces miráis de modo más profundo, sentís su naturaleza, veis la belleza de la excelsa cumbre y de sus encorvadas líneas. Mas si vuestra mente está charlando, si pregunta, pide, empuja —ya sabéis todo lo que hace— entonces no estáis mirando.

Así que para comprender y por lo tanto para libraros del pasado, habéis de conocer la naturaleza, la estructura, todo el sentido del placer. Observar, darse cuenta del placer, no es decir: «Voy a

retener este placer y desechar ése.» Observad simplemente toda su estructura. Veréis entonces que el placer ya no tiene significación alguna. Tenéis que recordar ciertas cosas, mas el placer no tiene nada que ver con ello, y por eso morís para las cosas que han dado gusto. Debéis tener cierta cantidad de conocimiento técnico, y puede ser que tengáis que aumentarlo, pero esa acumulación de conocimiento no os da placer, aun cuando pueda utilizarse el conocimiento técnico para lograr placer. Hay conocimiento propio para la mente que se dé cuenta de sí misma, de manera alerta, que sea plenamente consciente de sus propias actividades; y el auto-conocimiento es el principio de la sabiduría. El conocerse a sí mismo trae libertad; y cuando se ha librado uno de lo conocido, que es la imagen misma del placer, entonces la mente entra en un estado muy distinto, en una dimensión del todo diferente.

27 de julio, 1965

IX

Hemos tenido ocho pláticas aquí en la tienda este año, y hemos tocado muchos puntos sobre el pensamiento, el sentimiento y la acción del hombre; y hemos visto la necesidad de una mutación total de la mente humana. Creo que los más de nosotros no se dan cuenta de lo extraordinariamente importante que es tantear el terreno de modo vacilante, persistente y serio, en esta cuestión de una

mutación total, en vez de hacer un determinado esfuerzo para seguir cierta clase de actividad. La mente ha estado fuertemente condicionada durante milenios; y ¿es siquiera posible irrumpir a través de ese condicionamiento y llegar a un modo de vivir que sea del todo distinto, una manera de vivir en que no haya pena, conflicto, y en la cual hayan cesado por entero todos los afanes que han heredado los seres humanos? Seguramente que uno tiene que descubrir si es posible tener una mente fresca, nueva, que sea buena, fuerte, sana, razonable, una mente que pueda funcionar en los varios aspectos de nuestro vivir diario: tener una familia, un empleo, ir a la oficina, como un todo integrado, y no como una serie de problemas fragmentarios.

Hemos penetrado en todo esto, más o menos, fijándonos cada vez en distintos puntos; y esta mañana quisiera considerar con vosotros, si se me permite, la cuestión del empeoramiento. Podemos ver que todas las cosas del mundo —en lo artístico, lo político, lo moral— van cuesta abajo. Sé que al avanzar en edad, tendemos a comparar la situación actual con la que conocimos cuando éramos más jóvenes, y deploramos lo presente por causa de algo que disfrutábamos en el pasado; pero no es a eso a lo que me refiero. Si uno observa, verá que por todo el mundo hay mucho deterioro, no en ninguna esfera determinada, sino en todas las áreas de la actividad humana, tanto individual como colectiva. Al fin y al cabo, cada ser humano está en relación total con todos los demás. El individuo puede separarse, de manera consciente, de otros, pero en lo inconsciente, en lo hondo, está

en relación total. Vuestra pena, desdicha, ansiedad, son en esencia las mismas de un hombre que vive a gran distancia. Y estando como estamos tan enteramente relacionados, tan sometidos a influencia por la propaganda, la sugestión, la literatura, por toda forma de persuasión y disuasión, ¿es posible de algún modo que nosotros, como seres humanos, veamos en nosotros mismos el hecho del empeoramiento y le pongamos fin? Inevitablemente existe el deterioro físico, el proceso natural de envejecer; el organismo, aun cuando se utilice acertadamente, se desgasta de modo gradual; pero ¿es forzoso que empeoren la mente y el corazón del hombre? Y como en la mayoría de nosotros empeoran *efectivamente*, ¿es posible comprender ese deterioro y acabar con él? El limitarse a rebelarse contra la sociedad es una forma de deterioro; y el aceptar la norma social, conformándonos, ajustándonos al modelo de la izquierda, de la derecha o del centro, es también una forma de empeoramiento. Si uno se da cuenta siquiera de los acontecimientos humanos, de lo que está pasando en la literatura, en la estética, en la moralidad, sabe que, en todas las diversas expresiones del hombre, excepto acaso en lo científico, se está realizando un gran deterioro. Y, como cada uno de nosotros forma parte de todo el edificio, tenemos que descubrir nosotros mismos si es posible acabar con este deterioro y librarnos así de la pena. De esto es de lo que quisiera hablar esta mañana.

Pero hay dos modos de escuchar lo que se está diciendo. Oís sólo palabras y, traduciendo lo que oís con arreglo a vuestro particular condiciona-

miento, actuáis si por casualidad ello os agrada; o bien escucháis de manera total, sin aceptar ni rechazar lo que oís. Cuando escucháis algo en forma total, lo hacéis como escucharíais a ese río que fluye ahí al lado. El murmullo del río es un hecho, y en el acto de escucharlo no hay aceptación ni negación. Para escuchar de ese modo lo que se está diciendo, tenéis que cerrar los ojos, hablando en términos figurados, y hacerlo sólo con los oídos. Cuando lo hacéis con los ojos cerrados (por favor, no lo hagáis efectivamente, sino limitaos a escuchar en silencio lo que estoy diciendo), lo hacéis entonces con atención mucho mayor. Al oír el fluir de ese río o las voces de los niños que están tras la tienda, si escucháis con los oídos y no os volvéis a mirar con los ojos, lo hacéis entonces con mayor atención, porque todo vuestro organismo nervioso está en reposo, no bajo tensión. Os limitáis a escuchar.

Así, yo sugeriría esta mañana, como lo he hecho casi todas las mañanas, que el acto de escuchar debería ser en sí mismo una acción total. Lo que hace falta no es una acción fragmentaria, no la amoldada a una fórmula y realizada por voluntad, sino una acción que sea total; porque es ésta la que acaba con todo deterioro.

Mas ¿por qué nos deterioramos? ¿Por qué declinamos, nos volvemos obtusos, insensibles, inconscientes, no perceptivos? ¿Por qué estamos dominados por fórmulas, ideas, credos, dogmas, modelos de pensamiento establecido durante largo tiempo? Cuando somos muy jóvenes, la mente tiene cierta brillantez, claridad, franqueza; vemos las cosas de manera distinta. Hay un sentido de rebelión, de no

aceptar las cosas como están. Pero, a medida que envejecemos, la mente se embota, el corazón se cansa. No sólo en lo físico, sino en lo emotivo y mental perdemos esa cualidad de inocencia, claridad, frescura, vitalidad. ¿Por qué? No sé si os habréis hecho esta pregunta. Si nos la hemos hecho, probablemente ha sido sólo superficialmente y no tenemos tiempo ni inclinación, energía, para acometer el problema y entrar en él de lleno. Mas esta mañana vamos a penetrar en él con honradez y con bastante profundidad; y para entrar hondamente en algo, necesita uno energía, una intensidad apasionada. No podemos sentarnos y limitarnos a aceptar o a disputar sobre algo, cosa que salta a la vista. Tenemos que abordar esto, no sólo en lo verbal o intelectual, sino en la realidad, como un problema vital que cada uno de nosotros tiene que resolver.

Cuando tenéis hambre y no tenéis empleo, o cuando hay cualquiera otra crisis inmediata, intensa, no podéis escapar de ella, tenéis que acometerla. Para acometer cualquier problema vital, necesitais energía, pasión; y, en los más de nosotros, parece ser una de las cosas más difíciles la de despertar la pasión o la energía. No las conseguís con sólo analizar la cuestión. Lográis energía al actuar, al obrar. No es que tengáis energía primero y luego actuéis. Pero tenéis en efecto pasión, tenéis la claridad de la energía cuando estáis *actuando*, no cuando os limitais a especular sobre la causa del deterioro. Cuando la mente se ha propuesto descubrir por sí misma la causa del deterioro, entonces tenéis energía.

Mas ¿cuál es la causa del empeoramiento, no

sólo en todo ser humano, sino también en el grupo, en la familia, en la sociedad? ¿Cómo descubre uno la causa de algo sin demasiada investigación y análisis, cosa que también es un desperdicio de tiempo y energía?

Espero estarme explicando con claridad. Quiero descubrir si hay deterioro en uno mismo. ¿Es posible ver toda la estructura del empeoramiento de una ojeada, o tengo que pasar por una larga serie de análisis y exámenes, interrogando, tanteando, estudiando, investigando? Seguramente que el limitarse a investigar, a tantear, estudiar, analizar, es desperdicio de energía. Creo que es posible ver por sí mismo la naturaleza del deterioro, verla de modo total, no sólo parcial o intelectual; mas, si procedéis a crear una idea sobre por qué declináis, entonces la idea se vuelve dominante, y el tratar de luchar con esa idea en acción también destruye la energía. No sé si estáis siguiendo todo esto.

Lo que pregunto es esto: ¿es posible ver la causa total del deterioro humano, no sólo en lo físico o fragmentario, sino por completo, verlo sin análisis, sin tomarse tiempo para ello? Porque, como he dicho en otras ocasiones, el tiempo crea desorden. Creo que eso está claro y no entraré en ello ahora. Si estáis aquí por primera vez, lo siento, pues no puedo evitarlo. Todo lo que implique tiempo psicológico engendra desorden, tanto si es desorden moral como físico o conceptual; y el desorden es uno de los factores del deterioro. Todos los conceptos son desordenados; no debo, pues, aferrarme a ninguno de ellos, sino ver la estructura total del empeoramiento. Y tengo que verla de manera *inmediata;*

de lo contrario, si me tomo tiempo para percibir, entonces el tiempo consume la energía.

Mas ¿qué es lo que produce en nosotros deterioro —empeoramiento—, que es también desorden? ¿Qué es lo que engendra en vos y en mí desorden, y por tanto, deterioro?

Habiendo formulado esa pregunta, tengo que ver de manera inmediata la respuesta total. No tengo mañana; porque el ver la respuesta mañana, o una hora más tarde, engendra aún más desorden y otras formas de energía desperdiciada. Debo, pues, descubrir la respuesta de modo tan instantáneo como hago la pregunta. ¿Me seguís? En el momento en que me he formulado esa pregunta, debo ver la respuesta total inmediatamente. Lo inmediato, la urgencia de la respuesta, es pasión y por tanto, energía.

De modo que os hago esta pregunta, y se trata de una cuestión fundamental. No es algo de lo que podáis escapar; tenéis que contestarlo vos mismo (yourself = vos mismo o tú mismo. N. del T.). El edificio total del deterioro es la actividad egocéntrica del ser humano. Él puede expandir su actividad por el conocimiento, el servicio social, el tratar de crear una buena sociedad; pero si de modo consciente o inconsciente busca fama, prestigio, categoría o si su actividad es egocéntrica en cualquier otra forma, entonces esa actividad crea desorden y, por tanto, deterioro.

Mirad, como expliqué, estáis escuchando con los oídos, no con los ojos. Escucháis, no para asentir ni disentir, sino para descubrir si lo que dice el que habla es verdadero o falso en sí mismo.

Al esucuchar el murmullo de ese río que fluye al lado, no estáis escuchando con los ojos, no lo hacéis de modo parcial o indiferente. Estáis escuchando de manera total con los oídos, con todo vuestro ser; y deberíais escuchar del mismo modo lo que se está diciendo. El que habla dice que se produce deterioro, sobreviene desorden, cuando hay auto-mejoramiento o auto-expansión, que es actividad egocéntrica susceptible de realizarse por obras buenas, por la adquisición de conocimientos, por la identificación con algo que sea más grande que uno mismo, ya sea una nación, una comunidad, una familia o una creencia organizada, a la que se llama religión.

Toda forma de identificación con algo que uno considera más grande que él mismo, sigue siendo la busca de placer, y por ello crea desorden, empeoramiento. Veo que eso es una realidad. Entonces me pregunto: «¿Cómo se acaba con este desorden?» ¿Comprendéis? Mi exigencia es que la mente sea joven, fresca, viva, inocente, activa, sin crear desorden. Y ¿cómo ha de terminar el desorden? No puede terminar mientras el centro propio, que se basa en el placer, diga: «Tengo que acabar con el desorden, porque de ese modo tendré aún mayor placer.» ¿Veis lo que quiero decir? Me identifico con el orden, lo cual es mayor placer, y por ello quiero terminar con el desorden; mas, en esa busca del orden, hay esfuerzo; pugna, dolor, determinación, y todo lo demás, cosa que sólo crea mayor desorden.

Tengo, pues, que hallar un modo; un «modo» no quiere decir un método, porque éste implica continuidad, y por ello desorden. Mas tiene que haber,

no un «modo», sino un catalizador que acabe de manera instantánea con esta actividad egocéntrica que crea desorden y deterioro. Toda actividad egocéntrica se basa en el placer; y éste, como dije el otro día, engendra en efecto dolor, pena. El disfrute es una cosa y el placer es otra. Ayer fue un día encantador. Los cielos eran claros, intensamente azules, y cada árbol, cada hojita de hierba, cada ranúnculo del campo brillaban de luz y encanto. Uno ve todo eso con un palpitante sentimiento de disfrute. Pero cuando ese disfrute se traduce como placer y digo: «Quisiera que hoy fuera otro día como el de ayer, para disfrutar más, tener mayor placer», entonces empieza el dolor.

Hay, pues, un disfrute natural, espontáneo, sano, inmediato; mas, cuando la memoria traduce ese disfrute en placer y hay la exigencia de su continuidad, que crea la evitación del dolor, entonces hay pena. Pues bien, yo veo todo este proceso, y veo también que tiene que terminar, mas no porque yo quiera algo más, no porque quiera mayor placer. Tiene que terminar porque es natural tener una mente muy buena, que sea joven, sana, razonable, cuerda, fuerte. Cuando veo la verdad de esto, ¿qué ocurre entonces?

El pensamiento es del tiempo. Tal como lo usamos para librarnos de algo que no nos gusta, el pensamiento se basa en una idea, siendo la idea la continuidad del placer; y así dice el pensamiento: «Tengo que acabar con el empeoramiento.» Mas, cuando interviene el pensamiento para producir el fin del deterioro, ello sólo sirve para aumentar la confusión.

Esto requiere mucha claridad, y no sé si en realidad me expreso claramente.

Como veis, tenemos el pensamiento como único medio de dar continuidad a algo o de acabar con ello. Y el pensamiento es la respuesta del pasado, de la experiencia como memoria. Así que, cuando interviene aquél para acabar con el deterioro, ello sólo sirve para aumentar este último.

Os ruego de veras que escuchéis esto con mucho cuidado. No se trata de que estéis conforme con el que habla.

Estamos acostumbrados al pensamiento, porque éste es el único instrumento que tenemos. Y veo que cuando uso el pensamiento, con su astucia, sus ideas, sus empeños, su determinación, su afán de eludir, su resistencia, sus evasiones, como medio de acabar con el deterioro, ello sólo hace aumentar el desorden, el deterioro. Tiene, pues, que haber un medio de detener el pensamiento.

¿Estáis siguiendo todo esto? Mirad, estoy hablando de modo muy objetivo. Esto no es ningún desatino oriental ni místico. No es una fantasía del orador, que éste desee imponeros. Está hablando sobre dos realidades: el hecho del deterioro y el hecho de que es necesario acabar con él. Y señala además que utilizamos el pensamiento como medio para acabar con el empeoramiento, porque el pensamiento es lo único que tenemos. Ejercitamos el pensamiento en muchas formas astutas, esperando acabar con él: escapando, diciendo: «Soy el alma, soy el Atman, el Yo Superior», y todas esas cosas. O bien escapamos mediante la utilización del pensamiento para identificarnos con una creencia, una

idea que llamamos Dios, o con un país, la ideología de un partido, etc. De esta forma y de otras, hemos usado el pensamiento para terminar con el deterioro. Y ahora veo con claridad, no en forma de disputa, sino como una realidad, que cuando el pensamiento se inmiscuye de cualquier manera, ello sólo sirve para aumentar el deterioro. Para mí, esto es tan efectivo como ese río que corre ahí, murmurando delicioso. Cuando se reta al pensamiento, éste tiene que funcionar, evidentemente, de modo claro, razonable, lógico, cuerdo, no neurótico. Pero existe el hecho esencial del deterioro humano, en el cual no puede inmiscuirse el pensamiento; y, si lo hace, incrementa el deterioro. De modo que la mente ha de descubrir la manera de terminar con el pensamiento, lo cual no significa volverse vaga, quedar en blanco, o sumirse en alguna fantasía mística, disparatada. El pensamiento es la respuesta del pasado, se basa en una imagen que es esencialmente placer y evitación del dolor; y, si ese principio del placer trata de acabar con el empeoramiento, no hará sino aumentarlo. Así es que la mente ha de descubrir por sí misma la terminación total del pensamiento con respecto al deterioro. Pero la mente ha de estar, sin embargo, llena de energía en forma de pensamiento cuando funciona en la oficina, y todo lo demás. No estoy, pues, diciendo que debáis terminar con el pensamiento en el vivir diario. Digo que el pensamiento ha de cesar del todo cuando os encaráis con un problema fundamental.

Y así, la mente ha de descubrir lo que es estar en silencio. Sólo hay silencio cuando termina el pensamiento. Ya sabéis, cuando estáis escuchando sin

resistencia el fluir de esa corriente de agua, o a esos chicos que juegan con el balón, y no existe el principio de placer en forma de pensamiento, entonces estaréis escuchando partiendo del silencio, ¿no? Os ruego lo hagáis mientras hablo. Escuchad por completo ese río. No lo resistáis para oír lo que está diciendo el que habla: eso no viene al caso, de momento. Estáis escuchando por completo ese río, y por ello estáis atento con todo vuestro ser; no se fuerza a la mente para que se concentre. Y, si estáis del todo atento, sin resistir, sin forzar, ¿no estáis escuchando partiendo del silencio total? Para estar en silencio, tiene que haber libertad; y para que la haya, debéis tener espacio interior.

Existe, pues, este hecho del empeoramiento, y existe también el de que, durante innumerables siglos, el hombre ha estado usando el pensamiento como medio para acabar con el deterioro, siendo el pensamiento voluntad, resistencia, evitación, evasión. Mas ahora uno ha descubierto que el pensamiento no acaba con el deterioro, y así, se pregunta uno: ¿es posible que la mente esté por completo callada, en total silencio? Porque el silencio total significa una total renovación. La mente está en completa quietud, callada del todo, mas no mediante determinación, no por deseo, ni por el anhelo de placer, ni por la evitación del dolor. Es una quietud total en la cual está ausente el pensamiento. Éste es del tiempo, y por lo tanto esta quietud no es del tiempo. Y cuando la mente está totalmente callada, por completo libre de pensamiento, tiene dentro de sí espacio inmenso, sin un centro que esté *haciendo* espacio.

Pues bien, todo esto requiere claridad de percepción, de oído, una disciplina espontánea. Cuando estáis escuchando ese río con atención, por completo, sin resistencia; cuando no resistís contra las voces de esos chicos que juegan con el balón; cuando escucháis por completo todo ruido y no resistís contra nada en absoluto, entonces ese escuchar, en sí mismo, es una disciplina en la cual no hay conformidad, no hay ajuste a un modelo, porque vuestra mente está entonces alerta por completo, todo vuestro ser está vivo de manera intensa y, por tanto, en silencio. Mas la disciplina que tenemos en general se basa en la conformidad, y por ello es desorden total. Para llegar a este silencio, la mente ha de ser, de modo extraordinario, sensible, viva, activa; y, cuando existe tal silencio, no hay empeoramiento en absoluto.

Pero tiene uno que comprender que, una vez que haya habido este silencio, la mente anhela que haya más. Ya sabéis, la mente está habituada al placer, y siempre quiere más, por lo cual se subyuga, se somete a control, esperando así tener la continuidad del placer. Para mí, la subyugación de la mente, la concentración bajo control, es un factor más de deterioro, lo cual no significa que podáis hacer lo que os plazca, tumbaros en el suelo fumando, lanzar a puntapiés los zapatos en un salón. Tiene uno que comprender toda la naturaleza del control, y por qué la mente reclama de modo constante dominarse, o ser dominada; por qué quiere comprometerse en una actividad que la absorba, u ocuparse en algo tan por completo que pueda olvidarse de sí misma. Tiene uno que comprender todo eso si ha

de comprender la naturaleza del control y la concentración. Una vez que hayáis sentido un momento de este silencio, queréis que continúe, y os disciplinaréis hasta mataros para lograr que vuelva. Queremos que prosiga toda experiencia de placer y que se intensifique, y en la esperanza de volver a lograrlo, estamos dispuestos a hacer casi cualquier cosa, desde tomar una droga hasta imponernos alguna austera disciplina dura. Mas este deseo carece de continuidad, y lo que tiene continuidad es la actividad egocéntrica del placer bajo el dictado del pensamiento.

De modo que este silencio no es para cultivarse; no puede llegarse a él por ningún sistema de meditación, por ningún método o fórmula. Podéis sentaros sobre las piernas cruzadas, respirar de diversos modos, estar en pie sobre vuestro dedo gordo, o hacer lo que queráis, mas nunca lo tendréis; porque este silencio reclama gran comprensión de la vida, no que os escapéis de ella. Requiere una enorme sensibilidad de todo vustro ser, de vuestro corazón, de la mente, del cuerpo. Por eso importa inmensamente vuestra manera de vivir: lo que coméis, *todo* se vuelve intensamente importante. Mientras uno sea esclavo de la sociedad, mientras tenga codicia, envidia, ambición, en busca de placer, prestigio, en busca de categoría por medio de la función, mientras uno no esté libre de todo eso, no puede haber renovación, frescura, rejuvenecimiento, silencio, libertad y, por tanto, no habrá espacio en el cual pueda sobrevenir la creación.

Pregunta: Mientras estoy aquí escuchándoos, parece que comprendo, pero cuando estoy fuera de aquí, no comprendo, aun cuando me esfuerzo en aplicar lo que habéis estado diciendo.

KRISHNAMURTI: Espero que no creáis que soy brusco, pero no me estáis escuchando a mí. Ahí es donde está el error. ¿Qué es lo que dice el que habla? Se limita a señalar ciertas cosas. El que habla sois vos mismo hablando en voz alta. ¡Por Dios! ¡Comprended, por favor, esa sencilla realidad! Os estáis escuchando a vos mismo, y no al que habla. Si estáis escuchando al que habla, éste se convierte en vuestro conductor, vuestro medio de comprender, cosa que es un horror, una abominación, porque entonces habéis establecido la jerarquía de la autoridad. Lo que estáis haciendo aquí es escucharos a vos mismo. Estáis mirando el cuadro que pinta el que habla, que es vuestro *propio* cuadro, no el del que habla. Si hasta aquí está claro, que os estáis mirando a vos mismo, entonces podéis decir: «Bueno, me veo como soy, y no quiero hacer nada sobre ello», y ahí termina la cosa. Mas, si decís: «Me veo como soy, y tiene que haber un cambio», entonces empezáis a trabajar, partiendo de vuestra propia comprensión, lo cual es del todo distinto de aplicar lo que está diciendo el orador. Si queréis trabajar de firme, os ponéis a ello; en caso contrario, ello es cosa vuestra. Pero tenéis que crear un mundo nuevo, una nueva sociedad, un nuevo grupo de personas, y no podéis hacerlo si decís: «He escuchado al que habla y quiero saber la manera de aplicar aquello de que está hablando.» Escucháis,

no al que habla, sino a vos mismo; y a vos mismo podéis escucharos casualmente, con indiferencia o curiosidad, o bien con atención. Si realmente estáis atento, entonces tenéis la energía, la pasión para seguir escuchándoos a vos mismo; y eso es lo único que tenéis que hacer. El escucharos a vos mismo significa no tener resistencia a aquello que escucháis. No hay comparación, no se dice: «Esto es bueno y eso es malo», ni «Tengo que ser esto y no aquello». Han desaparecido todos esos desatinos tontos, mezquinos. De esa pasión y esa energía sale la acción: la cosa total es acción. No decís: «Habiendo escuchado al que habla, quiero aplicarlo.» No podéis aplicar aquello que estáis escuchando; si lo hacéis, se vuelve ostentoso sin gusto, juvenil. Mas si, mientras habla el orador, os escucháis a vos mismo, entonces de ese escuchar surge claridad, sensibilidad; partiendo de ese escuchar, la mente se vuelve sana, fuerte. Sin obedecer ni resistir, se vuelve viva, intensa; y sólo un ser humano así es el que puede crear una nueva generación, un nuevo mundo.

Pregunta: Si podemos comprender lo que estáis diciendo, ¿no habrá libertad?

KRISHNAMURTI: Señora, no se trata de comprender nada de lo que yo diga, sino de comprenderos a vos misma. Ya sabéis, vuestro «yo» es una cosa viviente, en movimiento. Nunca es la misma, es activa, apremia, impulsa, cambia, nunca es constante. Para mirar ese «yo», para penetrar en él, para comprenderlo, también vuestra mente tiene que ser fluida; y no puede serlo si hay un modelo con arre-

glo al cual está funcionando. Mirad, los celos, la envidia, la codicia, la ambición, el deseo de llegar a ser grande, de realizar, de eludir la desesperanza: todas estas cosas están interrelacionadas, y esta interrelación la produce el centro, el «yo». El centro es memoria, con sus ajustes, sus imágenes; y ese centro, de modo consciente o inconsciente, siempre está en busca de placer y por ello engendra dolor. Esto es lo que en realidad estáis haciendo, esto es lo que sucede en cada uno de nosotros; de modo que no me estáis comprendiendo *a mí*. El que habla es sólo una caja de resonancia, no tiene importancia alguna. Está señalando la manera de escucharos a vos misma; y si sabéis cómo escucharos, podéis emprender un viaje sin fin, una excursión que penetra más allá y más profundamente que donde está Marte. De la comprensión de vos misma viene orden, virtud, la cesación del conflicto, y en ese estado hay gran belleza.

29 de julio, 1965

X

Esta mañana quisiera, si se me permite, penetrar en algo que considero muy importante. Hasta ahora hemos tratado de muchas facetas, aspectos o fragmentos de una vida total. Pero es muy importante —al menos yo así lo creo— llegar a la esencia de esa totalidad, en vez de tratar de actividades periféricas. Hasta aquí hemos estado considerando las

actividades que están en los límites de nuestro pensar, de nuestro sentir, y las diversas actividades que se desarrollan en nuestra vida diaria. Mas a mí me parece esencial descubrir la *esencia* de la vida y funcionar desde ahí. Sin embargo, para penetrar en eso, tiene uno que despejar o disipar primero mucha confusión verbal. Hay muchas palabras y símbolos cargados de superstición, de tradición, y tiene uno que usar ciertas palabras que van cargadas, desgraciadamente, de simbolismo cristiano o hindú, etc. La palabra nunca es la cosa, el símbolo no es nunca la esencia, la verdad. Sería algo muy infortunado el que quedásemos presos del simbolismo, de las palabras, porque el símbolo o la palabra nunca es lo real. Cuando la palabra o el símbolo llegan a ser importantes, la cosa real ha desaparecido, ha dejado de tener sustancia o validez alguna.

Esta mañana vamos a descubrir nosotros mismos la esencia, la verdad, sin dejarnos cautivar por el símbolo o la palabra. Para llegar a esa realidad que no puede captarse por medio de palabras o símbolos, es evidente que debemos desechar de nuestras mentes el sentido tradicional, las implicaciones religiosas de ciertas palabras. A lo largo de los siglos, el hombre ha buscado algo que esté más allá de sí mismo, algo que él pudiera utilizar como medio de evadirse de este feo, tiránico, doloroso mundo, o algo que fuera compensación de su existencia dolorida, desdichada, confusa. Para vivir en este mundo algo cuerdamente, si podemos, vos y yo hemos creado —por nuestra vanidad, nuestro miedo, nuestra angustia— una imagen, un Dios personal, un poder sobrehumano del que se dice que actúa como prin-

cipio-guía y que nos hace comportarnos bien. Esa imagen es algo distinta en Oriente de lo que es en Occidente, pero en todas partes es creación de la mente humana. No hay nada sagrado en ella. No hay nada sagrado en los ritos de Occidente o de Oriente, porque todos ellos han sido confeccionados por el hombre en su desesperanza, en su tormento, en su miedo, su ansiedad; y lo que nace del temor, de la ansiedad, nunca puede llevar al hombre a la verdad. Sus rituales, sus símbolos, sus plegarias, pueden ser divertidos, excitantes, pueden darle cierta inspiración, cierta sensación de bienestar; pero no tienen verdad alguna tras de sí, porque están confeccionados por seres humanos en completa agonía.

El hombre siempre ha buscado, y al parecer ha encontrado; vamos, pues, ahora a examinar esas dos palabras, «buscar» y «encontrar». Buscamos por causa de nuestra propia confusión. Buscamos algo permanente, porque vemos que todo lo que nos rodea es impermanente. Buscamos un amor espiritual, un consuelo celestial, una providencia divina, porque en nosotros hay tanta confusión, tanta pena, tanta agonía. Dicho de otro modo, buscamos partiendo del caos, y lo que hallamos nace de este caos. Tiene uno, pues, que comprender este hecho: que buscar y hallar no es sólo un desperdicio de energía, sino que es un obstáculo efectivo, un detrimento real.

Mirad, puede ser que no estéis conformes con lo que se está diciendo, mas esto no es algo con lo que podáis estar conformes o disconformes. Estamos investigando algo que requiere mucha energía, sensibilidad, una intensa percepción y atención. Esto

significa que tenemos que prescindir *de todo* para descubrir: de toda afirmación, dogma, corroboración autorizada. Todas las religiones del mundo han establecido ciertas fórmulas, ciertos métodos y tradiciones que, insisten, tienen que practicarse para descubrir. El hombre siempre ha buscado esperando hallar algo original, algo que estuviera más allá de su propia imaginación, de su propia vanidad: Dios, un Ser Supremo, una Esencia Divina que le guiase, le ayudase y consolase. Pero, tras de su apremio por encontrar algún consuelo, está este vasto depósito de la ignorancia del hombre sobre sí mismo, de la causa de sus desesperanzas y de su perpetua exigencia para hallar alguna cosa permanente.

Si uno es algo inteligente o consciente, y si está descontento de este mundo pasajero, quiere algo que sea permanente, y por ello está uno buscando de manera constante: adhiriéndose a este movimiento, comprometiéndose con ese grupo o actividad, y así sucesivamente. Siempre está uno activo en esta búsqueda. Pero ella conduce invariablemente a un fin predestinado. Lo que uno quiere es consuelo, permanencia, un estado mental que no sufra nunca trastorno, y al cual uno llama paz; y uno hallará lo que busca, mas no será lo real, no será la verdad.

Así, una mente que quiera descubrir qué es lo real, la verdad, tiene que acabar del todo con esta busca, esta exigencia de encontrar. Como estamos confusos, ansiosos, desdichados, cargados de pena, buscamos seguridades fuera de nosotros mismos, en libros, en instructores, en *gurús*, en salvadores, en religiones organizadas; y una vez que hemos hallado algún consuelo, alguna seguridad, nos aferra-

mos a ello desesperadamente. Mas este buscar y hallar produce de modo invariable el deterioro de la mente; porque ésta necesita estar intensamente activa, ser supremamente sensible, consciente, vitalmente enérgica. Así que el acabar con lo de buscar y hallar es terminar con la pena, porque entonces la mente se despliega y se comprende a sí misma, cosa que es la esencia misma de la actividad religiosa.

Sin conocerse a sí mismo, la mera busca no hace más que crear ilusión. Los seres humanos quieren cada vez más experiencia. Todos queremos más experiencia, no sólo la que se deriva de ir a Marte o de descubrir nuevas nebulosas astronómicas, sino que también queremos más experiencia en lo interno, porque ya no tiene sentido alguno la experiencia del vivir diario. Hemos tenido el sexo, y ese placer, repetido día tras día, ha llegado a ser ligeramente monótono, fastidioso, por lo que queremos alguna otra forma de experiencia, alguna nueva actividad social. Queremos el elogio de la comunidad, queremos llegar a tener fama mundial, tener prestigio al ganar categoría por medio de la actuación. Y por querer más experiencia es por lo que tomamos drogas como la L.S.D., que vuelven la mente mucho más sensible, mucho más activa, y por ello nos dan una más amplia, más profunda e intensa experiencia.

Por favor, como dije el otro día, el que habla no es importante; pero sí *lo es* lo que dice, porque lo que dice es la voz de vuestro propio «yo» que habla en voz alta. Mediante las palabras que usa el que habla, estáis escuchándoos a vos mismo, no al ora-

dor, y por lo tanto el escuchar llega a ser de extraordinaria importancia: es aprender y no acumular. Si acumuláis conocimiento y escucháis desde esa acumulación, desde vuestro trasfondo de conocimiento, entonces no estaréis escuchando. Sólo cuando lo hagáis es cuando aprendéis. Aprendéis sobre vos mismo, y por ello tenéis que escuchar con cuidado, con extraordinaria atención; y la atención se niega cuando justificáis, condenáis o de otro modo valoráis lo que oís. Entonces no estáis escuchando, no percibís, no veis.

Si estáis sentado a orillas de un río tras de una tempestad, veis que la corriente arrastra mucha broza o residuos. De la misma manera, tenéis que observar vuestro propio movimiento, seguir todo pensamiento, todo sentimiento, toda intención y motivo, simplemente observarlo. Esa observación es también escucha. Es percibir con vuestros ojos, oídos, con vuestra penetración, todos los valores que han creado los seres humanos, y por los cuales estáis condicionados; y sólo este estado de percepción total es el que acaba con toda busca.

Como dije, buscar y hallar es un desperdicio de energía. Cuando la mente misma no está clara, sino confusa, asustada, desdichada, llena de ansiedad, ¿de qué sirve el que ella busque? Partiendo de este caos, ¿qué podéis hallar, excepto más caos? Pero cuando hay claridad interna, cuando la mente no está asustada y no pide seguridades, entonces no hay un buscar, ni por lo tanto un hallar. Ver a Dios, la verdad, no es un acto religioso. El único acto religioso es llegar a esta claridad interna por el auto-conocimiento, es decir, por medio del darse cuenta de to-

dos nuestros deseos íntimos, secretos, y dejarlos que se desplieguen, sin someterlos nunca a corrección, a control, ni entregarse a ellos, sino siempre observándolos. De esa vigilancia constante viene extraordinaria claridad, sensibilidad, y una enorme conservación de energía; y uno debe tener inmensa energía, porque toda acción es energía, y la vida misma lo es. Cuando nos sentimos desdichados, ansiosos, cuando disputamos o sentimos celos, cuando estamos asustados, cuando nos sentimos ofendidos o adulados, todo eso es una disipación de energía. También lo es el estar enfermo, físicamente o en lo interno. Todo lo que hacemos, pensamos y sentimos es una emanación de energía. Ahora bien, o comprendemos la disipación de ésta y por lo tanto, partiendo de esa comprensión, hay la natural afluencia de toda energía; o bien pasamos la vida luchando para juntar diversas expresiones contradictorias de dicha energía, esperando que desde lo periférico llegaremos a la esencia.

La esencia de la religión es lo sagrado, que no tiene nada que ver con las organizaciones religiosas, ni con la mente presa y condicionada por una creencia, por un dogma. Para una mente así, nada es sagrado excepto el Dios que ella ha creado, o el rito que ha confeccionado, o las diversas sensaciones que deriva de la oración, del culto, de la devoción. Pero estas cosas no tienen nada de sagrado. No hay nada sagrado en el dogmatismo, en el ritualismo, en lo sentimental o emotivo. Lo sagrado es la esencia misma de una mente religiosa, y eso es lo que vamos a descubrir esta mañana. No nos interesa lo que se dice que es sagrado: el símbolo, la palabra, la per-

sona, el cuadro, una determinada experiencia, cosas todas que son pueriles, sino la esencia; y eso requiere, por parte de cada uno de nosotros, una comprensión que viene por la observación o el darse cuenta, primero, de las cosas exteriores. La mente no puede avanzar con la marea de la percepción interna sin percibir primero la conducta externa, los gestos exteriores, las ropas, las formas, las dimensiones y el color de un árbol, el aspecto de una persona, de una cosa. Es la misma marea que sale y entra, y si no conocéis la marea exterior, nunca conoceréis lo que es la marea interna.

Os ruego escuchéis esto. Los más de nosotros creemos que el darse cuenta es un algo misterioso que hay que practicar, y que debemos reunirnos día tras día para hablar sobre el darse cuenta. Pero no llegáis a la percepción, en absoluto, de esa manera. Mas, si percibís cosas externas: la curva de un camino, la forma de un árbol, el color de las ropas de otra persona, el contorno de las montañas contra un cielo azul, lo delicado de una flor, el dolor en el rostro de un transeúnte, la ignorancia, la envidia, los celos de otros, la belleza de la tierra, entonces, viendo todas estas cosas exteriores sin condenar, sin escoger, podéis ser llevados por la marea de la percepción interna. Entonces os daréis cuenta de vuestras propias reacciones, de vuestra propia mezquindad, de vuestros celos. De la percepción exterior llegáis a lo interno; mas, si no os dais cuenta de lo externo, no es posible que lleguéis a lo interior.

Cuando hay percepción interna de toda actividad de vuestra mente y vuestro cuerpo, cuando os dais cuenta de vuestros pensamientos, sentimientos,

tanto secretos como manifiestos, conscientes e inconscientes, entonces sale de esta percepción una claridad que no es inducida, no es confeccionada por la mente. Y, sin esa claridad, podéis hacer lo que queráis, podéis rebuscar en cielos, en tierra y en las profundidades, mas nunca descubriréis lo que es verdadero.

Así, un hombre que quiera descubrir lo que es verdadero ha de tener la sensibilidad de la percepción, cosa que no es *practicar* la percepción. La práctica del darse cuenta sólo conduce al hábito, y el hábito destruye toda sensibilidad. *Cualquier* hábito (ya sea el del sexo, el de la bebida, el de fumar, o lo que queráis) insensibiliza la mente; y una mente obtusa, superficial, condicionada, mezquina, puede tomar una droga, y durante un segundo, puede tener una experiencia asombrosa; pero sigue siendo una mente mezquina. Y lo que no estamos haciendo es descubrir la manera de acabar con la mezquindad de la mente.

No se termina con la mezquindad acumulando más información, más conocimientos, escuchando elevada música, viendo los lugares bellos del mundo, etc., no tiene nada que ver con todo eso, en absoluto. Lo que produce terminación de la mezquindad es la claridad del conocimiento propio, el movimiento de una mente que carece de restricciones; y es sólo una mente así la que es religiosa.

La esencia de la religión es lo sagrado. Pero lo santo no está en ninguna iglesia, templo, mezquita, en ninguna imagen. Estoy hablando sobre la esencia, y no sobre las cosas que llamamos sagradas. Y una vez que comprende uno esta esencia de la

religión, que es lo sagrado, entonces la vida tiene un sentido por completo distinto; entonces todo tiene belleza, y la belleza es lo sagrado. Belleza no es aquello que estimula. Cuando veis una montaña, un edificio, un río, un valle, una flor o una faz, podéis decir que tiene belleza porque os sentís estimulados por aquello. Mas la belleza de la que estoy hablando no ofrece estímulo alguno. Es una belleza que no se encuentra en ningún cuadro, ningún símbolo, ninguna palabra, ninguna música. Esa belleza es lo sagrado, es la esencia de una mente religiosa, de una mente que está clara en su auto-conocimiento. Uno llega a esa belleza, no por desear, querer, anhelar la experiencia, sino sólo cuando todo deseo de experiencia ha llegado a su fin; y ésa es una de las cosas más difíciles de comprender.

Como indiqué antes, una mente que esté buscando experiencia sigue moviéndose en la periferia, y la traducción de cada experiencia dependerá de vuestro particular condicionamiento. Tanto si sois cristiano, como budista, musulmán, hindú, o comunista, sea lo que fuere lo que seáis, es evidente que vuestras experiencias serán traducidas y condicionadas con arreglo a vuestro trasfondo; y cuanto más exigís experiencia, tanto más reforzáis ese trasfondo. Este proceso no es deshacer el dolor, ni acabar con él, es sólo escapar del dolor. Una mente que esté clara en su auto-conocimiento, una mente que sea la esencia misma de la claridad y de la luz, no tiene necesidad de experiencia. Es lo que es.

La claridad viene, pues, por el auto-conocimiento y no por la instrucción de otro, ya sea un inge-

nioso escritor, un psicólogo, filósofo o un llamado instructor religioso.

Como dije el otro día, no hay cualidad sagrada sin amor y sin la comprensión de la muerte. Ya sabéis, es una de las cosas más maravillosas de la vida el descubrir algo inesperadamente, de manera espontánea, el dar con algo sin premeditación y el ver de modo instantáneo la belleza, lo sagrado, la realidad de ello. Pero una mente que esté buscando y queriendo hallar no estará nunca en tal situación, en absoluto. El amor no es cosa que se cultive. El amor, como la humildad, no puede confeccionarse por la mente. Sólo el hombre vano es el que trata de ser humilde; sólo el hombre orgulloso es el que trata de desechar su orgullo por la práctica de la humildad. Esta práctica sigue siendo un acto de vanidad. Para escuchar y por lo tanto para aprender, tiene que haber una cualidad espontánea de humildad; y una mente que haya comprendido la naturaleza de la humildad nunca sigue, nunca obedece. Porque ¿cómo puede obedecer ni seguir a nadie aquello que es por completo negativo, que está vacío?

Una mente que, partiendo de su propia claridad de auto-conocimiento, haya descubierto lo que es el amor, percibirá también la naturaleza y la estructura de la muerte. Si no morimos para el pasado, para todo lo de ayer, entonces la mente sigue presa de sus anhelos, de las sombras de recuerdo, de su condicionamiento, por lo cual no habrá claridad. Morir para el ayer con facilidad, de modo voluntario, sin disputa ni justificación, requiere energía. La disputa, la justificación y la elección son desper-

dicio de energía, y por lo tanto uno nunca muere para los muchos ayeres, de modo que la mente puedo volverse fresca y nueva. Una vez que hay la claridad del conocimiento propio, entonces surge el amor, con su delicadeza; viene una cualidad espontánea de humildad, y también esta liberación del pasado por medio de la muerte. Y de todo eso viene la creación. La creación no es auto-expresión, no es cosa de poner pintura en un trozo de lienzo, ni de escribir algunas o muchas palabras en forma de libro, ni de hacer pan en la cocina, ni de concebir un niño. Nada de eso es creación. Sólo hay creación cuando hay amor y muerte. Sólo puede venir la creación cuando cada día muere uno para todo, de modo que no haya acumulación en forma de recuerdo. Es evidente que debéis tener un poco de acumulación por lo que se refiere a vuestra ropa, una casa y propiedad personal; no hablo de eso. El sentido interno mental de acumulación y posesión, del cual surgen la dominación, la autoridad, la conformidad, la obediencia, eso es lo que impide la creación, porque una mente así nunca es libre. Tan sólo una mente libre sabe lo que es la muerte y lo que es el amor; y para esa mente es para la única que hay creación. En este estado, la mente es religiosa; en él existe lo sagrado.

Para mí, la palabra «lo sagrado» tiene extraordinario sentido. Mirad, no estoy haciendo propaganda de esa palabra, no estoy tratando de convenceros de nada, ni trato de haceros sentir o experimentar la realidad por esa palabra. No podéis. Tenéis que pasar por todo esto vos mismo, no de manera verbal, sino real. Tenéis que morir en realidad para todo lo

que sabéis: para vuestros recuerdos, vuestras desdichas, vuestros placeres. Y cuando ya no haya celos, envidia, codicia, tortura de la desesperanza, entonces sabréis lo que es el amor, y llegaréis a eso que puede llamarse lo sagrado. Por eso lo sagrado es la esencia de la religión. Ya sabéis, un gran río puede impurificarse al fluir junto a una población, pero si la impurificación no es demasiado grande, el río se limpia al ir avanzando, y a los pocos kilómetros ya está de nuevo limpio, fresco, puro. De la misma manera, una vez que la mente llega a esto sagrado, entonces todo acto es acto de limpieza. Por su movimiento mismo, la mente se vuelve inocente, y por eso no acumula. Una mente que haya descubierto esto sagrado está en constante revolución, no revolución económica o social, sino una revolución interna por medio de la cual se está purificando de modo incesante. Su acción no se basa en alguna idea o fórmula. Lo mismo que el río, con un enorme volumen de agua tras de sí, se limpia a medida que fluye, así también la mente se limpia una vez que ha dado con esta cosa sagrada religiosa.

Dentro de unos días tendremos discusiones, y podemos iniciar esas discusiones esta mañana. Mas, si afirmáis y yo afirmo, si os aferráis a vuestra opinión, a vuestro dogma, experiencia, conocimiento, y yo a los míos, entonces no puede haber verdadera discusión, porque ninguno de nosotros es libre para inquirir. Discutir no es compartir mutuamente nuestras experiencias. No se comparte nada; sólo hay la belleza de la verdad, que ni vos ni yo podemos poseer. Sencillamente está ahí.

Para discutir de modo inteligente, tiene que ha-

ber también una cualidad, no sólo de afecto, sino de vacilación. Mirad, si no vaciláis, no podéis inquirir. La indagación significa vacilar, descubrir por vos mismo, poner al descubierto paso a paso; y, una vez que hacéis esto, ya no tenéis que seguir a nadie, ya no necesitáis ni pedís corrección ni confirmación de vuestro descubrimiento. Mas todo esto requiere mucha inteligencia y sensibilidad.

Al decir esto, espero no haber puesto fin a vuestras preguntas. Ya sabéis, esto es como hablar sobre las cosas, como lo hacen dos amigos. Ni afirmamos con autoridad ni tratamos de dominarnos uno al otro, sino que cada uno habla con facilidad, afablemente, en una atmósfera de amistosa compañía, tratando de descubrir. Y en ese estado de mente descubrimos, en efecto; mas yo os aseguro que lo que descubrimos tiene muy escasa importancia. Lo importante es descubrir, y después, seguir adelante. Es perjudicial el quedaros con lo que habéis descubierto, porque entonces es os cierra, se termina la mente. Mas si morís para lo que habéis descubierto, en el momento de descubrirlo, entonces podéis fluir como la corriente, como un río que tiene abundancia de agua.

Pregunta: Aconsejáis que liquidemos el ambiente en nuestro interior. ¿Por qué aconsejáis eso? ¿Para qué sirve?

KRISHNAMURTI: No estoy recomendando nada. Pero ya sabéis, la copa es útil sólo cuando está vacía. En los más de nosotros, la mente está nubla-

da, llena de tantas cosas en desorden: experiencias agradables y desagradables, conocimientos, modelos o fórmulas de conducta, etc. Nunca está vacía. Y la creación sólo puede producirse en la mente que esté del todo vacía. La creación es siempre nueva, y por eso la mente se vuelve fresca, joven, inocente, de manera constante; no repite, ni crea hábitos, por lo tanto.

No sé si habéis notado alguna vez lo que a veces ocurre cuando tenéis un problema, matemático o psicológico. Pensáis mucho sobre él, os atormentáis con él como un perro que roe un hueso, pero no podéis hallar respuesta. Entonces lo dejáis en paz, os alejáis de él, dais un paseo; y, de repente, surge de ese vacío la respuesta. Esto nos habrá pasado a muchos de nosotros. Mas, ¿cómo ocurre esto? Vuestra mente ha estado muy activa, dentro de sus propias limitaciones, sobre ese problema. Mas no habéis hallado la respuesta, por la cual habéis dejado de lado el problema. Entonces se aquieta un poco vuestra mente, se calla, se vacía; y en esa quietud, en ese vacío, el problema se ha resuelto. Del mismo modo, cuando uno muere a cada minuto para el ambiente interno, para los internos compromisos, recuerdos, secretos y agonías entonces hay un vacío que es lo único en que puede ocurrir algo nuevo. No lo estoy recomendando, no hago propaganda de ese vacío. ¡Buen Dios! Sólo digo que, si no viene a la existencia ese vacío, seguiremos con nuestra pena, ansiedad, desesperanza, y nuestras actividades traerán cada vez más confusión.

Para producir un ser humano distinto, y por tanto una sociedad diferente, un mundo diferente, tiene que acabar el dolor; porque es sólo con la terminación de la pena como hay nueva vida.

1.° de agosto 1965

ÍNDICE

Pláticas en París

I 5
II 24
III 43
IV 65
V 84

Pláticas en Saanen

I 103
II 119
III 134
IV 151
V 167
VI 183
VII 197
VIII 213
IX 231
X 247

conflicto entre el hecho y la imagen J. Krishnamurti